

くすんで見えると
老けて見える!
**5歳若く見せる
血色Make**



BIGBANGライブレポート

お姉さん
アゲハ



agenda

11月号 偶数月7日発売
2016年10月7日発売

ギャルでもない!
おばさんでもない!
アラサーの
お姉さん世代のための
ビューティ雑誌です♡

10月&11月を乗り切る

アウター
ワンピースの
着回し威力!!

Part 1 アウターはロングカーデ/ウールコート
/ ライトアウターがあればいい♡

Part2 小物を変えてレディ&カジュアルに
同じワンピースを6通りに着てみた!

基本の巻き下ろしから婚活、
ママ時短、横顔美人になれる
アレンジまで!

お姉さんの 秋へアルール

食欲の秋、読書の秋…
そしてお姉さんにはシミ取りの秋!!

白雪肌姫と6人の
シミ取りレーザーこびと♡

ヘアもメイクも恋愛もSEXも
もう、なりたくない自分を偽らない!!

もうギャルは
引きずらない!!

ハネライン、
粉っぽベース、
細まゆげ…
ちよい古メイク
お直しLesson!

もうギャルは
引きずらない!!

ハネライン、
粉っぽベース、
細まゆげ…

ちょい古メイク
お直しLesson!

ちょっとぐらい二の腕が太くても、
太ももが立派でも、
細見えする方法あります!

メリ ハリ 細見えする方法あります!
凹凸ボディの
作り方

筋トレ ストレッチ マッサージ
補正下着 食事法 サプリ

心の隙間を埋めてくれる
11冊の推薦図書

女子力が上がる!
自動的にモテる! しかも超簡単!

「恋愛＝人生のすべて」
じゃなくなったら
愛し方も愛され方も
より深いものに
変わってきた♡

アラサーのリアル恋愛白書～心と体と男と愛情～



MERRY
and
Bright

可愛いサンタに変身するのが
一番の贈り物でしょ？

シュガー&ジュエルズ

sugar & JEWELS

今年のパステルは甘すぎないダスティーカラーが絶対可愛い！
ガーリーで色っぽさを兼ね備えたダスティーパステルを皆で
お揃いで着ればインスタ映えもGood♥



Model: Rina Sakurai, Kanae Sugiyama, Ai Orimo Camera: Tatsuya Kuribara Hair&Make: Ayumi Maruyama

【右】ラベンダーサンタ サンタ5点セット(帽子, ワンピース, ショール, リストウォーマー, レッグウォーマー) ¥8,980、サンダル ¥6,463 【中央】ピンクサンタ サンタ4点セット(帽子, ワンピース, カフス, レッグウォーマー) ¥7,980、ピアス ¥4,500、サンダル ¥12,000 【左】ライトブルーサンタ サンタ4点セット(帽子, ワンピース, アームウォーマー, レッグウォーマー) ¥8,980、ピアス ¥4,500、サンダル ¥6,463 / すべてsugar&JEWELS

(PART
01)

at HAPPY X'MAS

PASTEL STYLE
CUTE&SEXY

愛されパステルカラーでいつもより
特別なクリスマスに♥

“ This year's epidemic Santa ”

Christmas Collection

特別なX'masの特別なDrees♥

sugar、JEWELSからサンタコスに負けないcuteなクリスマスドレスが登場♥
聖なる夜は大切なあの人のためにとびっきり可愛いわたしをプレゼントしましょ♥

(PART)
03

Scalloped setup flare

人気のスカラップが今年らしい
セットアップサンタ♥

高級感のあるジャガード素材にファーと
ポンポンが付いた可愛さ満載サンタ。
オフショルダーでSEXY肌魅せも演出♥
ドレス¥19,800 イヤリング ¥2,500/ sugar

(PART)
02

Wrap Skirt mini 2way

歩く度に視線集中♥
取り外せるショートinミニ♥

上品ジャガードにファーが付いて可愛さを
プラス。オーガンジーのロングスカートは
取り外してミニドレスとしても
使える万能ミニ♥
ドレス¥19,800 サンドル¥6,463
イヤリング ¥2,500 /sugar





(PART)
04

Sweet rouge Onepiece

スウィートなフレアワンピースで
女子力高い！って思わせたい♡

深めなボルドー×ブラックの組み合わせが
クリスマスらしい細魅せフレアワンピース♡
グローブをプラスしてより小悪魔っぽさを
演出してみよう★

ドレス ¥7,389 イヤリング ¥2,500
グローブ ¥2,759 / JEWELS



(PART)
05

Lady rouge Tytedress

レディな色っぽシルエットで
誰よりもSEXYなクリスマス♡

大胆な胸元カットとタイトなボディラインに
ドキッとするメンズが続出♡リボンベルトで
甘さもプラスすれば主役STYLEの完成♡

ドレス ¥7,389 グローブ ¥2,759 パンプス ¥6,463
/ JEWELS

sugar

<http://www.sugar-net.com/>

JEWELS

<http://www.jewels-net.jp/>

sugar 公式

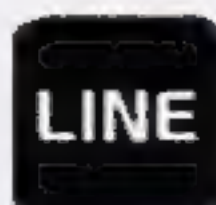


LINE@
sugar-dress



Instagram
dress_sugar

JEWELS 公式



LINE@
jewels-dress



Instagram
jewels_dress

姉ageha限定特典♡

5,000円以上で使える **¥500OFF** クーポン♡

クーポンコード: **ane10**

sugar・JEWELS 公式WEB STOREで
お買い物の際にお使いいただけます。
お一人様一回のみのご使用に限りです。

お姉さん世代に必要なあれこれを独自の視点で発掘!!

アラサー女子の たしなみ♡

[第14回]

ヴィセ・アヴァン シングルアイカラー

人気のヴィセから手の届きやすいお値段はそのままに、
ちょっぴりモードでエッジの効いたアイテムを揃えた新
ライン“ヴィセ アヴァン”が登場♡ 中でもアイシャドー
は発売、即大人気!! その魅力に迫ります♪

PHOTO_Nobuyuki Sasaki

大人だからこそ使いこなせる
上品、高発色なアイシャドー♡

売り切れ&入荷待ち続出!!

人気の6色。(上から時計回りに) ヴィセ ア
ヴァン シングルアイカラー 006 COSMO
PRISM 7色に輝くスパークリンググレー、
003 COTTON PEARL 上品な輝きのホワ
イト、015 UNDER THE MOON ロシア
ンブルーのようなウォームグレー、018 NEO
ANTIQUE ヴィンテージレザーのようなブ
ラウン、008 SUNDRESS シアーなサン
セットオレンジ、010 FROST MIRAGE
洗練されたクリーンなパープル 各¥800(編
集部調べ) / コーセー

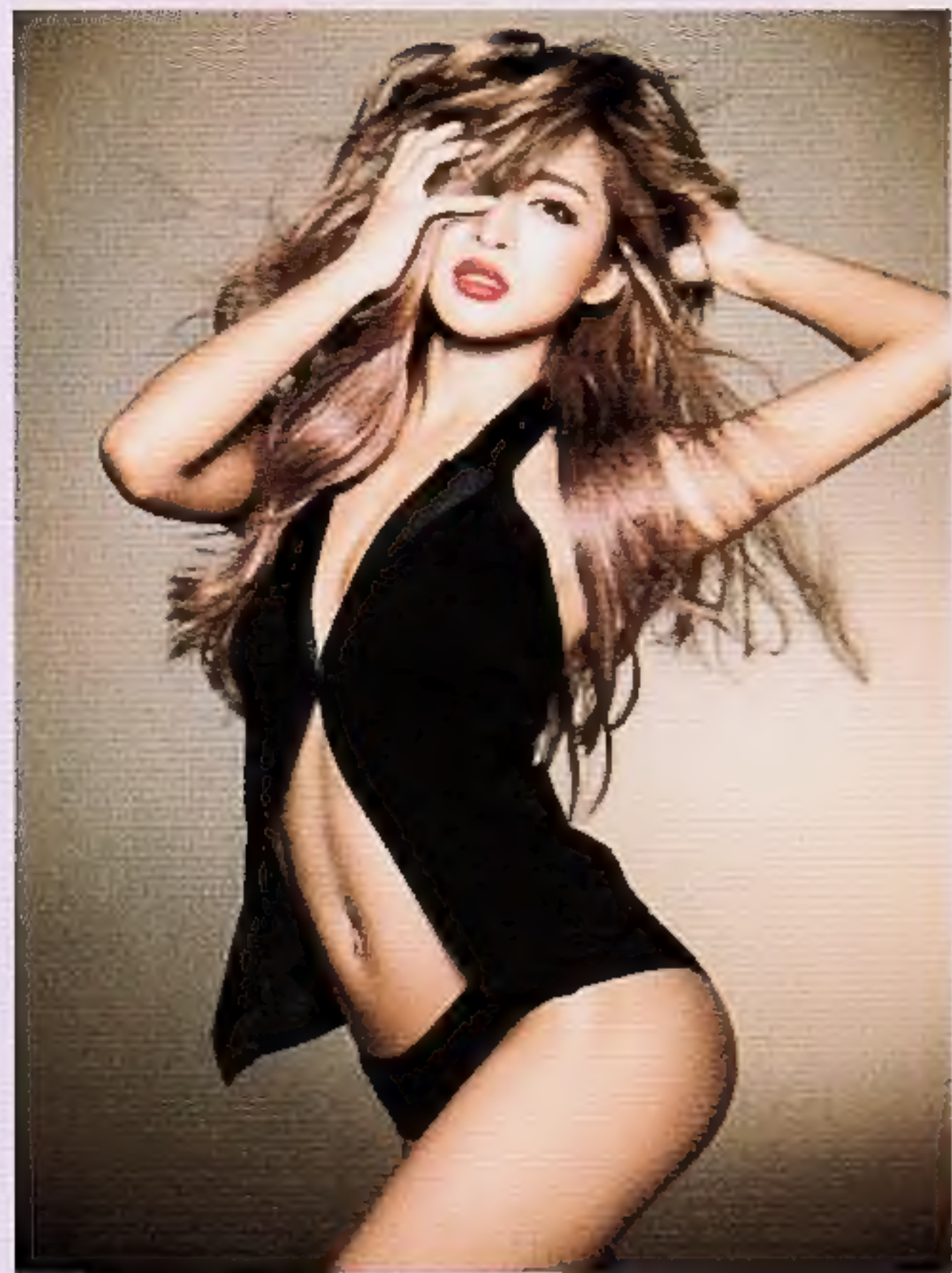
発売するやいなや、話題沸騰
中のヴィセアヴァンのシング
ルアイカラー♡ ほどよいラメ
感で、ギャルっぽくなりたくな
いけれど目元を華やかに彩りた
いお姉さんにぴったりのアイシ
ヤドーです♡ 単色売りだか
ら、好きな色だけ買えてムダが
ないし、コンパクトで持ち運び
にも便利。しっとりとした質感
のパウダーはひと塗りでみきれ
いに発色してくれるし、重ねて
使えば自然な陰影で立体的な目
元に★ ベースカラーにヌーデ
ィーカラー、グリッターカラー
...と色数も全20色と豊富だから
重ね使いすればどんなシーンに
も対応可能なんです♡

中でも人気が上の6色々々
003のコットンパールはちょ
っとベージュがかった白で、ア
ラサーのお肌にも白浮きせずな
じみます♪ 015は1色で目
元を色っぽく演出。010の淡
いパープルはくすみがちが目元
に透明感を与えてくれます♡
008は自然な血色メイクに欠
かせないカラー。018は、流
行りのドライローズメイクにも
ぴったりの赤味がかったブラウ
ンです。006のコスモプリズ
ムは、7色のラメ入りで、イベ
ント事の多いこれからの季節に
活躍すること間違いなし♪

想像しただけでもわくわくす
るヴィセアヴァンのラインナ
ップは、他にもリップティント
が大人気♡ ぜひ、手にとって
試してみてください

イイ女を演出できる
上品アイシャドー♡

2016年11月号



COVER STAFF

PHOTO_Nobuyuki Sasaki
MODEL_Yuuka Obara
HAIR&MAKE_Yuko Nozaki
STYLING_Mizuki Nakano
DESIGN_Mutsumi Sawada

CLOTHES

ベスト、ショーツ/ともにスタイリスト私物

どこより早く
最新情報をお届け♡
お姉さんアゲハ公式
Facebook♡
<https://www.facebook.com/aneageha>

ココでしか
見られない
写真も!!
お姉さんアゲハ公式
Instagram♡
<https://www.instagram.com/aneageha>

006



CONTENTS

004 連載♡アラサー女子のたしなみ♡

第14回 ヴィセ アヴァン シングルアイカラー

006 美髪を制する者はキレイを制す♡老けないイイ女になるための

お姉さんの秋へアール30

018 今月の「イイ女入門」アイテム

第5回 ヒョウ柄小物

139

019 RESEXXYで考える「イイ女」ってこういうこと!

025 1着につき3パターン以上の着こなし方を考えてみました

オシャレ下手でも大丈夫! アウター・ワンピースの着回し底力!!

Part1 沙世グラマラス・莉菜レディの10・11月を乗り切るアウター3着決定版!

Part2 レディに・カジュアルにワンピース3着を各6通りに着てみた

036 きれいなお姉さんはDelyle NOIRがお好き♡

038 DaTuRaの神アイテムは色チ買いがお決まりです♡

040 もうギャルは引きずらない! 「メイクを薄くすると盛れない」は思い込み! 引き算しても盛れるテク、教えます♡

ちょい古メイクお直しLesson!

046 ラ・クレンズで楽〜に始める朝だけファスティング生活♡

049 ちょっとぐらい二の腕が太くても、太ももが立派でも…出すとこ出して、締めるとこ締めれば、細見えするんです!

凹凸ボディの作り方♡

054 水素水+酵素で始めるダイエット革命

056 デトレッシュで体の中から温熱美容♡

057 “生きてる人形”から3児の母”そして今…けいこさんが新たな伝説へ!!

癒し系レディがお好きでしょ。

062 着るだけで、いつもより自信がもてる勝負服♡
BLACK QUEEN

064 NADESHIKOプチプラ着回し塾♡

第8回 GROWING RICH

066 「恋愛=人生のすべて」じゃなくなったら
愛し方も愛され方もより深いものに変わってきた♡

アラサーのリアル恋愛白書 ~心と体と男と愛情~

078 秋冬の装いを格上げ!! ハイブランドBAG特集♡

MAX41%OFF 姉agehaブランドモール

080 高額買取だから、みんなに教えたい!
広げよう、エコリングの輪

081 連載最終回! すぎやまかなえの心理テスト連載!!

カナISM

082 食欲の秋、読書の秋…そしてお姉さんにはシミ取りの秋が来た!

白雪肌姫と6人のシミ取りレーザーこびと♡

087 夜のOL・美紗のおかわりいかがですか♡

第3回 保証時給よりベース時給★

092 荒木の連載 其の十 「自由」

096 品川美容外科 美肌&リフトアップが一度で叶う「美肌アモーレ」

Angelさん、その引き締まったフェイスラインの秘訣を教えて♡

097 若い頃は似合ってた「ページェリップ」「マツすぎるファンデ」
「青みピンク」に違和感を感じたら、コチラをご覧ください♡

5歳若く見せる血色make♡

108 心の隙間を埋めてくれる11冊の推薦図書

恋が叶わなかった日も、仕事に行きづまった日も、子育てに悩んだ時も…
いつもそこには本があった♡

私の病み解消本ライブラリー♡

113 鬼に金棒、お姉さんにはエレガンス!

「美人しぐさ」講座♡

117 ぜひご参加ください!! 2016年姉agehaコスメ大賞&
読者プロフィール白書アンケート



126 下田美咲のもういっちょ!
女子力道場♡ 第5回
迷わず狩れよ、
狩ればわかるさ!
~ヤリマンちゃんと
ヤ~られマンちゃん♡~

128 姉ageha

電子版のお知らせ

130 PRESENT

131 モデル応募シート

132 INFORMATION

133 姉ageha

定期購読のお知らせ

134 BIGBANG

ライブレポート

136 最新Entame虎の巻

138 Anestagram通信 vol.1

Delyle NOIRの

コーデ投稿発表/

秋コーデ投稿募集

139 知らないよりも
知っておいたら
ちょっとイイコトが
あるかもしれません。
お姉さん新聞♡

140 ジムでやってること
リスト

142 コスメの歴史博物館

144 お絵かきメイク♡

146 サブパパラッチ!!

148 姉的「武勇伝」♡

149 横顔美人の作り方♡

150 LOVE NAIL vol.11
かじかんでもカワイイ
冬の○○ネイル♡

152 次号予告&
撮影協力店リスト

Rule 1

ペタンコはダメ！

専属モデル(31歳/東京都)
独身・子供なし
荒木さやか

ふわっと、 バサッと、 エロス髪♥

洗いざらしの髪をタオルドライして乾かしたようなルーズで無造作なエロス髪が理想。トップがペタンコだとこなれた感じが出ないから、ふわっと空気をはらんだボリュームが大事。髪をバサッとかきあげた時、ちょっぴり顔にかかるイメージ。



Side



Back

洋服を着る、メイクをする。

それと同じくらい女の装いとして大切な「髪」。
5年前に比べたら、なんでも似合うわけじゃないけれど、
年齢相応とか、無難なだけはイヤ。

自分のコンプレックスに向き合って、
ちょっぴりトレンドも意識して、今生きてる場所にちゃんと順応する。

それがなによりも大切♥

自分らしくて人をハッとさせるイイ女になる
お姉さんの秋ヘアルールをこっそり教えます♥

なるための

ヘアルール

※クレジットのない物はすべてモデル私物です。

PHOTO Hirofumi Yamashita(f-me)
HAIR Yuko Nozaki
STYLING Mizuki Nakano
[P06-13,P16]
EDIT&TEXT Yu-ka Mizuno

How to エロス髪♥

さやか流のエロス髪を仕上げるコツはトップの立ち上がり&ねじりながら巻くこと♪ 使い方をちょっと工夫すれば、手持ちの道具でも一気にこなれた印象にチェンジできるからTRYしてみてください



32mmのコテでねじった毛束を外巻きに巻いていくよ。毛先は10cmほど逃しておいて巻きつけたら約5秒前後熱を加えるぐらいのライトな巻きで!



1回に巻く毛束の量は少なめ。顔周りには外巻きに仕上げたいので取った毛束を逆向きの内側にねじるのがポイント♪ ねじる向きを覚えておこう!



巻き残しがないように耳の高さから上と下にブロッキング! ボリュームが少ない人はP17に載ってるシーミストをかけておくとバサッと仕上がるよ



分け目らへんの髪をざっくりつかんで持ち上げ、根元にドライヤーを当てて立ち上がるようにクセづけ。これをおとておくと仕上がり全然違うよ



Hair Data

毛量♥多い

髪質♥やや硬め

太さ♥普通

エクステ♥なし



束になった巻きを手でほぐすように持ち上げてくしゃっと仕上げるよ♥時間がたつて巻きがくずれるのもこなれた感じになっていいんだ



前髪部分は毛束をねじらずに根元から外巻きに! 写真のようにコテをナメに持ち、毛先は10cmほど逃してしっかりと巻いてね



外向きにねじった毛束を内巻きにしていきます。前髪以外はプロセス③~⑥を繰り返して、全体的にふわふわのMIXウェーブに仕上げて



次の毛束は外向きにねじっていくよ。外巻きと内巻きをランダムにして巻くとボリュームが出てふわとした仕上がりになっていいよ

Salon Data



Fi-Ne 原宿

東京都渋谷区神宮前4-31-11 原宿TKビル5F ☎03-6804-3331
●営業時間: 平日12:00~22:00、土日祝11:00~21:00 ●定休日: 不定休 ●アクセス: 明治神宮前駅徒歩1分、JR原宿駅徒歩5分

ORDER SHEET

根元はカラー+ハイライト、中間~毛先はブリーチでグラデーションのベースを作り、全体に薄めのグレー系のカラーをかぶせます。色味の強いローライトも隠し味で入れることで外国人風カラーになります。(担当/片桐さん)



ほどよい隙とラブさ♥
今っぽいのは低めだよ

外国人セブみたいなこなれ団子♥

さやかのメッシーバンArrange

後頭部や輪っか部分の毛を引き出して無造作なルーズ感を出していく。ゴムを隠すようにランダムにピンで留めればメッシーバンの完成



ざっくりと手ぐしでひとつにまとめて、最後までゴムを通さずに髪で輪っかを作る。下めの位置だと大人っぽく完成するからオススメだよ



美髪を制する者はキレイを制す♥ 老けないイイ女に

お姉さんの秋

Autumn hair

Rule2

失敗を通して辿りついた
これが私のベストカラー♥

お姉さんの ヘアカラーの 秘密♥

いろんなヘアカラーや髪型に挑戦してきた10代や20代前半。たくさん失敗してきたからこそ、自分に似合うものがわかってきた☆ そんな自分のコンプレックスを解消してくれる、代表的な3つのカラーをご紹介します♥

専属モデル(33歳/東京都)
独身・息子1人
早川沙世

毛流れがキレイに見える魔法のカラー☆



Side



Back

Salon Data



Hair salon GLAM S

東京都新宿区歌舞伎町2-22-1ホテル
シェーナ1F ☎03-6233-8309 ●
営業時間：平日14:30～翌朝6:00、
土日朝6:00～14:30まではネット予
約のみの完全予約制●定休日：年中
無休●アクセス：JR新宿駅東口徒
歩7分、東新宿駅徒歩4分

ORDER SHEET

12トーンのシナモンベージュをベースに全体的に細めのハイ&ローライトを入れた3Dカラー☆。エクステは細めにつけてナチュラルに！ ブリーチなしでもエクステでハイライトを入れて明るくできます。(担当/菊池さん)

Hair Data

毛量♥多い

髪質♥普通

太さ♥普通

エクステ♥50本

ホワイトヘアが 目立たなくなる ハイ&ローライト

1本でも見つけると気分が落ちるホワイトヘア♡ ダーク系カラーだと目立つから明るめカラーがいい☆ でもベージュやブロンズはキャラじゃないから、ハイライト&ローライトを入れて大人っぽいウォームブラウンに☆

ニット¥4,490/RESEXXY
渋谷109店 サロベット¥7,
900/LIP SERVICE チョ
ーカー¥2,100/お世話や

オーラを放つ♡ 年齢不詳の アッシュベージュ

お姉さん世代だからって明るい髪色はダメだなんて昔の話。自分らしく、輝けるヘアカラーを大切にしたいって意見が最近は多くなってきた。ヘアカラーは派手でもTPOやルールをしっかりと守ること、それが大事。

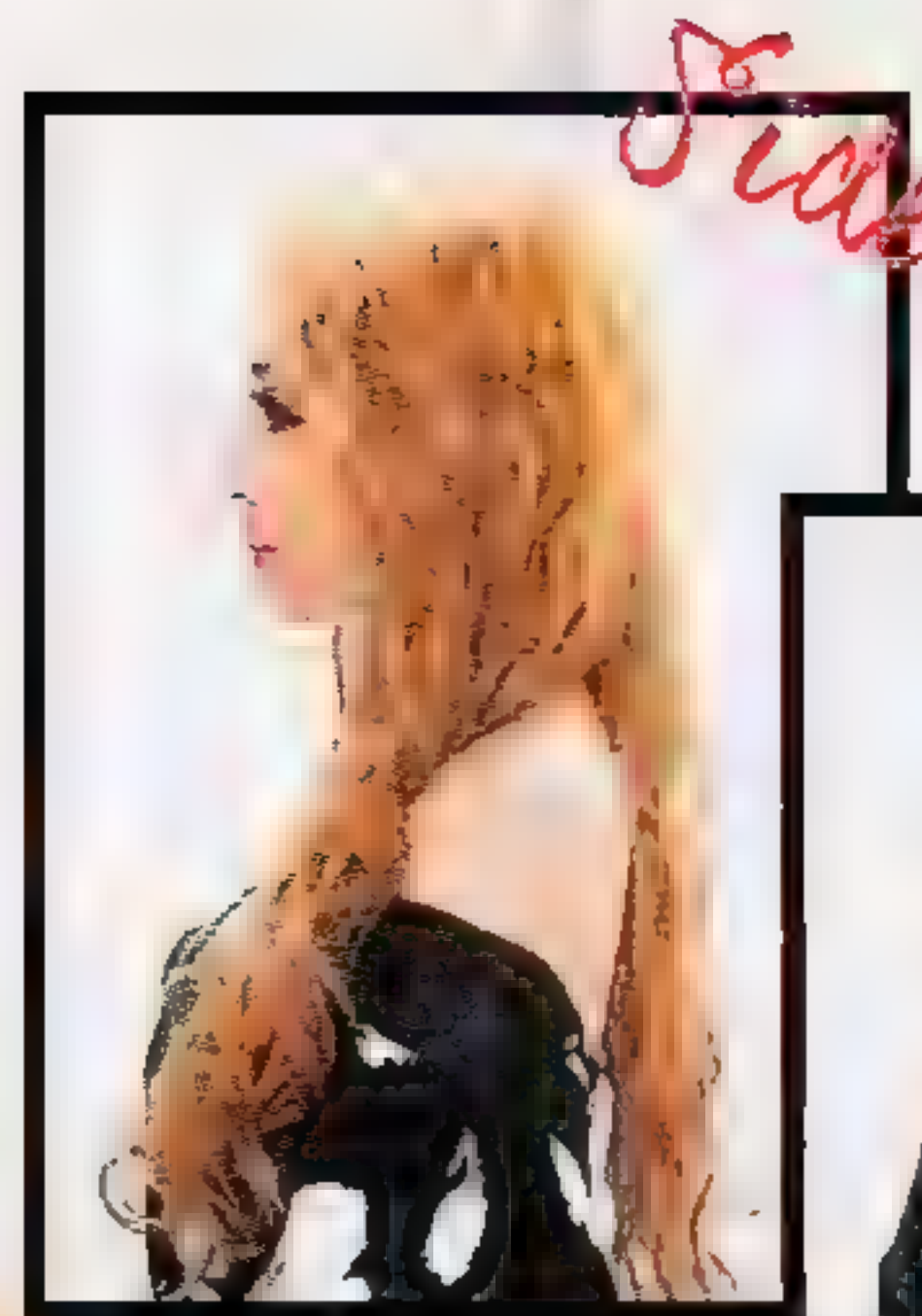
Hair Data

- やや多い
- 普通
- やや細め
- 約80本

オフショールワンピース¥6,300
/LIP SERVICE

専属モデル(33歳/東京都)
独身・子供なし
桜井莉菜

毎日変えられないから
自分が好きな色でいたい♡



Salon Data



HAIR&NAIL&DECO CARRY

ORDER SHEET

パサつきしらず♡ キューティクルな ダークブラウン

しっとり落ち着いたイメージになれるヘアカラーはダークブラウン。ブリーチせずにカラーリングできるから傷みも減らせるし、毛流れやツヤが美しく見える。髪の毛のトーンが暗いと肌が白く見えるから一石二鳥でしょ。

Salon Data



Tia by RISEL

ORDER SHEET

Hair Data

- 多い
- 赤味が出やすい
- 太め
- なし

ボーダーニット¥5,900/Delyle NOIR 渋谷109店 ネックレス¥1,900/LIP SERVICE

素髪を生かしてツヤ感
重視の美肌カラー

美人Point

トップはふんわり、
サイドはタイトに。



専属モデル(31歳/東京都)
既婚・子供なし
加賀美 早紀

正統派 美人になる 基本のポニテ

気品があって気張り過ぎない、大人の代表アレンジが低めのポニテ♥ 飾り過ぎないスッキリとまとめたポニテは年下から年上まで幅広い層から好感触む。簡単そうに見えて実は奥深い基本のポニテをマスターしましょう。

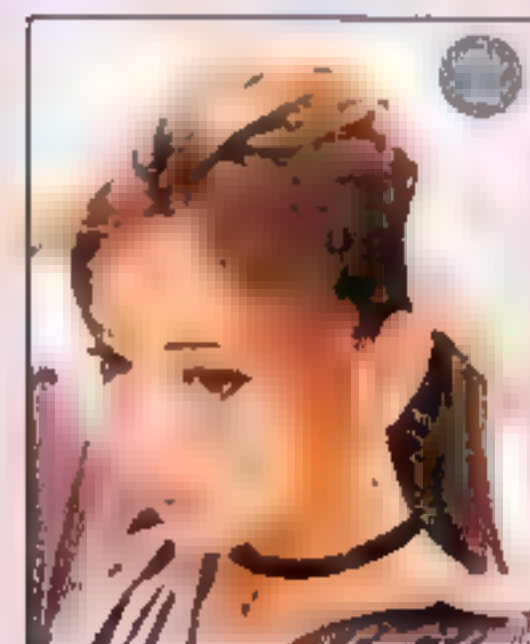
美人Point

目と耳上の線上で
結ぶと大人っぽい♥

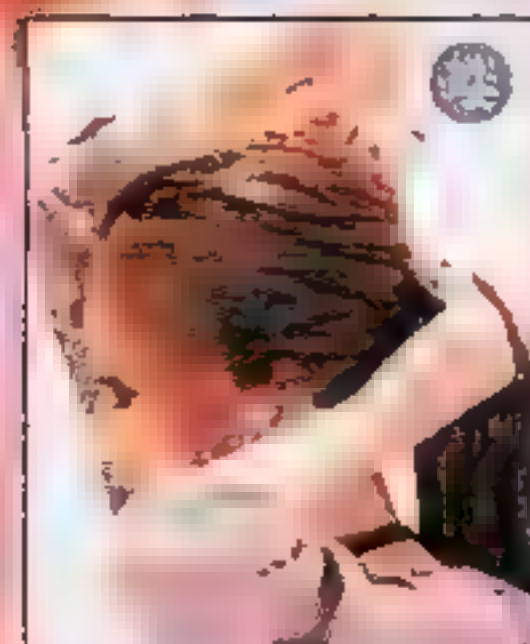
美人Point

耳に髪を半がけして
こなれ感を演出☆☆

Process



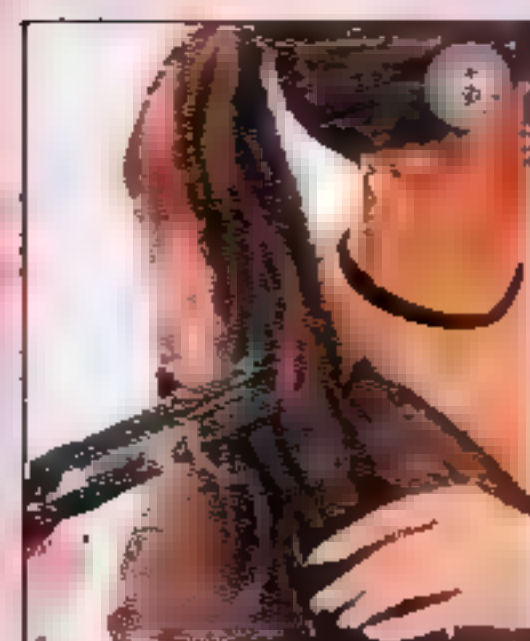
フェイスラインの生えざわりが見えないよう、こめかみあたりの前髪を薄めにバランスよく垂らして、それ以外の毛を手ぐしでざっくりと集めていく。



ポニテ部分の毛束を薄く取り、ゴム部分に巻きつけて隠しピンで留める。もう一度、鏡でバランスを見ながら後頭部のふわふわを調整しよう！



目尻と耳上をつなぐ線の延長線に結ぶように、写真のようにサイドをきっちりと整えながらキツめにゴムを結ぶのがコツ！あとで崩しやすいよ！



ポニテ部分をストレートアイロンでジグザグの波型に動かしてウェーブに仕上げていく。あまりクセがつかないようランダムに当てるだけでOK♥



鏡でバランスをチェックしながらトップの毛を少しずつ引き出す。サイドは耳上の毛を少したるませるだけで耳に半分かけるとこなれた雰囲気♥

美人Point

立体的なおくれ毛&
隙間を作って小顔ぽ

Rule3

実は正面よりも見られてる！
隙と色気もアピールできる♥

美人になる

ポニテ

歩いている時、ドライブ中の車内、カウンター席で横に並んだ瞬間…思わず見惚れてしまう横顔美人♥ 正面から見る顔と違って、横顔は普段見せないその人の一面を見た気になってドキッとさせる効果があるんだとか。より魅力的になれるアレンジをご紹介します。

© 2000 pool studio alivier

しっとり大人め♡
たるみ感
三つ編みシニヨン

ロングヘアのお姉さんにオススメしたいアレンジがコレ♡ 三つ編みを使ったシニヨンはとっても簡単なのに手が込んで見える♡ しっとりと儚げな横顔美人のでき上がり♡

TOKYONADESHIKOプロガー(36歳/東京都)
バツイチ独身・子供なし
MERIさん

美人Point

ほぐすことで
色っぽく♡

美人Point

三つ編みの
太さを変えて
アンバランスに!

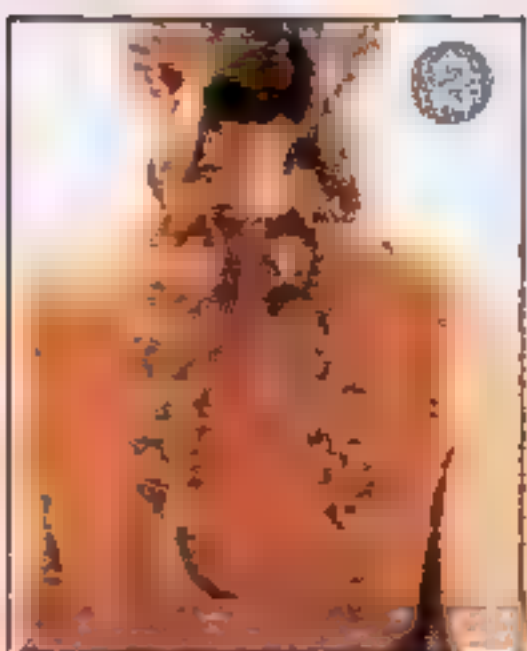
Process



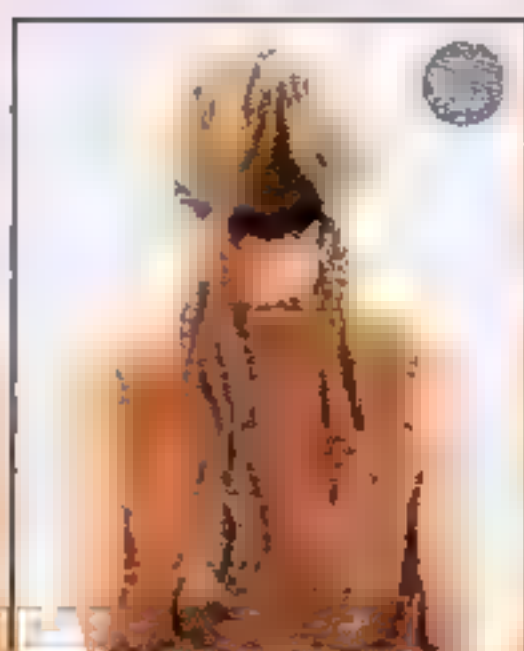
右側の三つ編みもプロセス③の手順で巻きつけて、ゴムが隠れるようにピンで留めれば完成♪



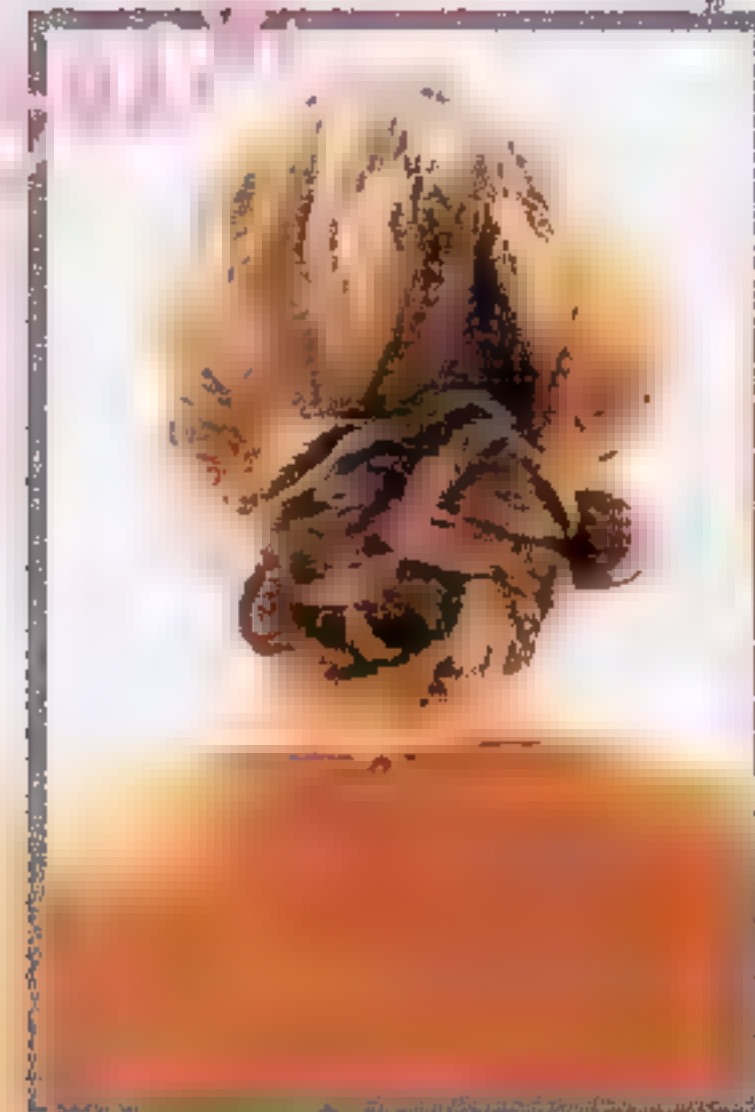
左側の三つ編みを右の三つ編みの根元へ下からひっかけて上へ逃し、グルッと巻きつけて留める。



毛先まで三つ編みにしてゴムで結ぶ。三つ編みを外側に引っ張って写真のようにつまみで留める。



左右7:3ぐらいの非対称なふたつ結びに、毛束の太さを変えることでプロっぽいう仕上がりになる。



ウブなかわいさを演出する
シースルーバング♡

Process



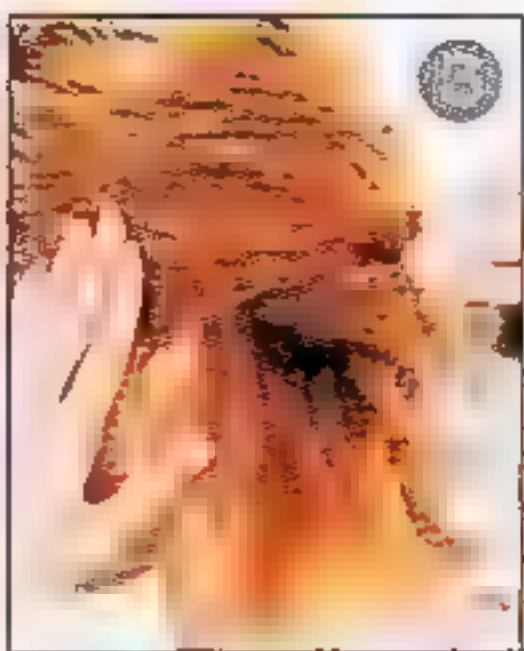
こめかみから下の毛は三つ編みに切り替えて毛先まで編み込む。細いゴムで結んでおくよ♪



トップの毛をざっくりとルーズに表編みするよ♪ くずれてもOKだから写真のようにゆるく編んで。



適当にピンで留めて固定していくよ♪ クロスにしたり、ナナメにしたりピンの向きは遊んでね♪



サイドのランダムに落ちた毛をクルクルとねじりながら①の編み込みの中になじませていく。

ほわん♡とやわらかい
シースルーバング
無造作ピン

ヘアピンをあえて見せるアレンジがラブでかわいい♡ ショートでもOKな簡単アレンジはくずれてもすぐお直しができるよ! 流行のシースルーバングに合わせてソフトな印象に♡

美人Point

ラフにくずした
無造作感♡

カラコンアドバイザー
(32歳/東京都独身・子供なし)
美味さん



ニット ¥5,900 / Delyle NOIR 渋谷109店

ヨガインストラクター
(30歳/東京都) 独身・子供なし
真優川 咲さん

専属モデル(26歳/東京都)
独身・子供なし
小原優花

写真写りも姫級にかわいい♡ 三つ編みティアラ♡

前も後ろも計算ずく♡ Wくるりんぱで視線ブリーズ♡

ネックレス付きワンピース ¥9,800 / ROYAL PARTY イヤリング ¥1,600 / お世話や

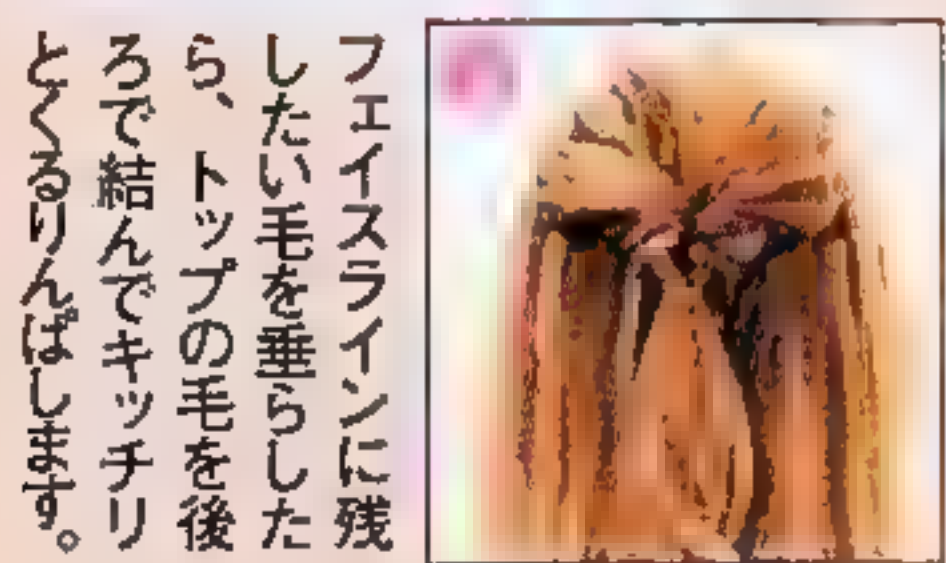
結婚式と二次会に

出合いは一期一会♡

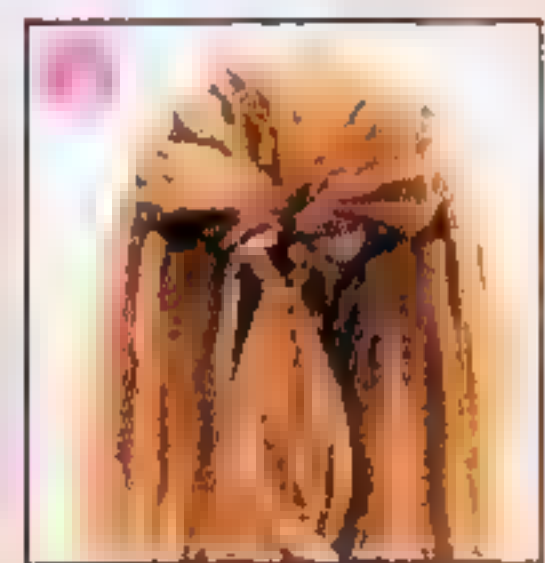
恋に落ちるハーフup

華やかな巻きを残して小顔に見せつつ、かわいらしさや品のよさをアピールできるハーフupは結婚式や二次会などのパーティに使えるスタイル♡ 友達の幸せにあやかって自分も幸せになれるチャンスを逃さずガッチリつかみたい♡

ワンピース ¥11,800 / pool studio alivier (銀座マギー) ネckレス ¥2,500、イヤリング ¥1,800 / ともにお世話や



フェイスラインに残したい毛を垂らしたら、トップの毛を後ろで結んでキッチリとくるりんぱします。



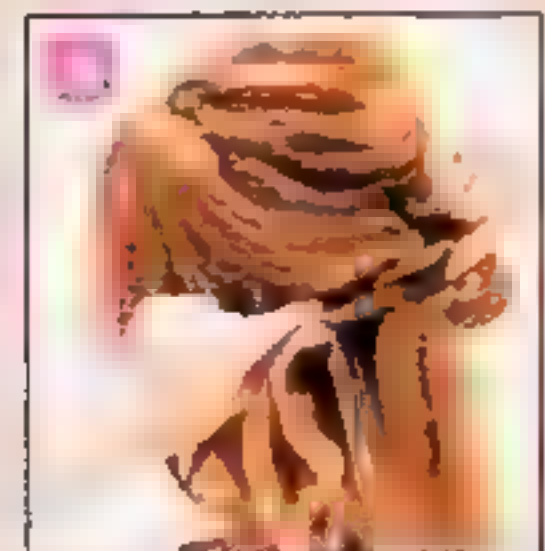
25mmのコテでMIX巻きにしていく。フェイスラインの毛は外巻きにすると小顔効果がUP♡



サイドの毛束を取り、プロセス②の毛束とは合わせずに結ぶと写真のような状態になるよ！



下のゴム部分だけにくるりんぱをしたら、細く毛束を取ってゴムを隠すようにピンで固定して完成♡



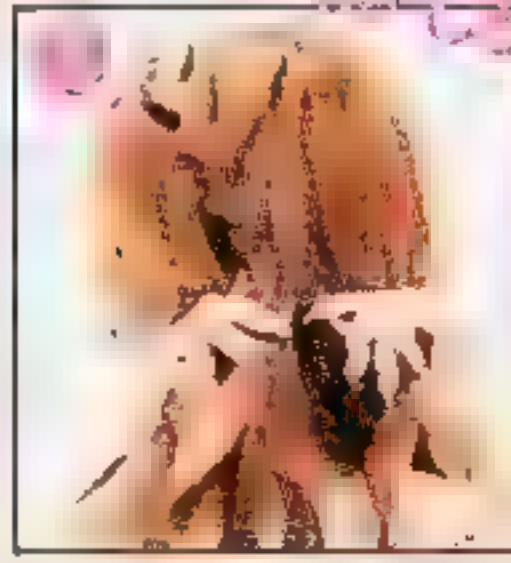
耳の毛先は三つ編みにして毛先ギリギリまで編み込んで結びます。これを左右両方やるよ♡



右サイドの三つ編みを左へ。写真のように三つ編みがU型になるように作るとティアラ風になる♡



25mmのコテで全体をMIX巻きにしたならセンターでジグザグに分けて耳の高さまで表編みに♡



左サイドの三つ編みを右へ持っていき耳の位置で固定します。ゴムが隠れるように留めてね♡



いつか私だけの白馬の王子様を get したい…♡

恋活&婚活 シチュエーション別 アレンジ

運命の「白馬の王子様」が現れた時、とびきりの自分でいたい♡
恋や結婚に前向きな花盛りのお姉さん達がやっている出合いのシチュエーションヘアをリサーチ♡
自分でもできる簡単アレンジを集めました♡

品よく、賢く、色っぽく、
男ゴコロを刺激して♡



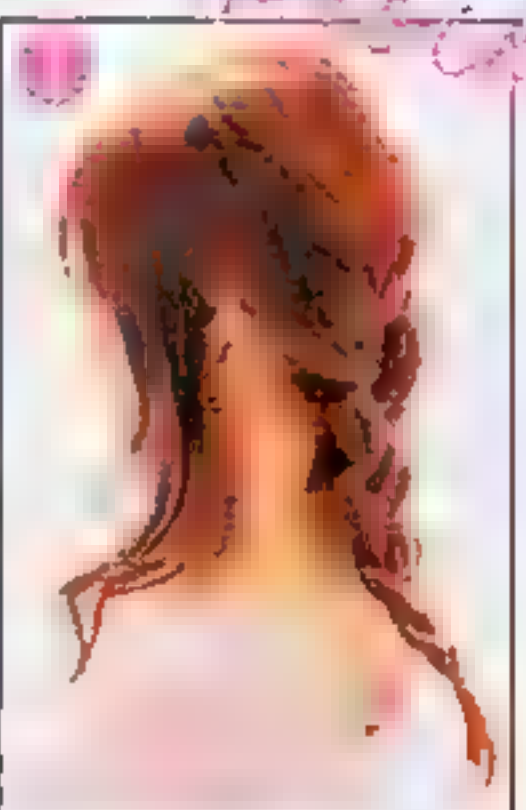
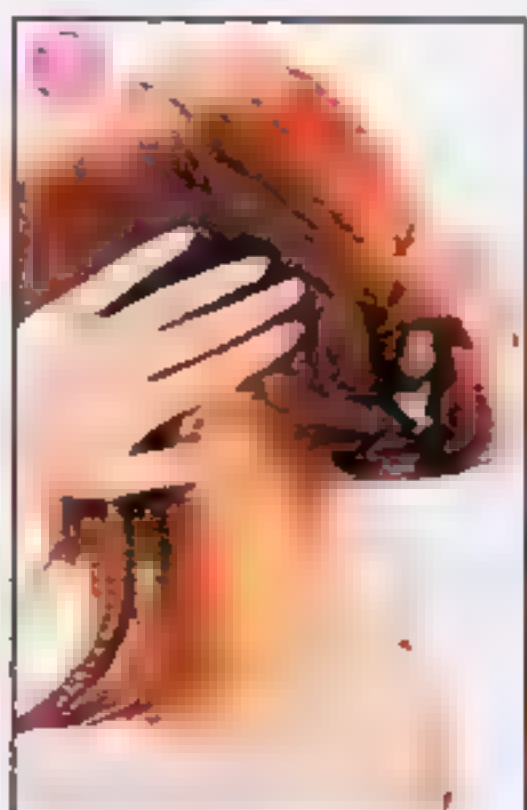
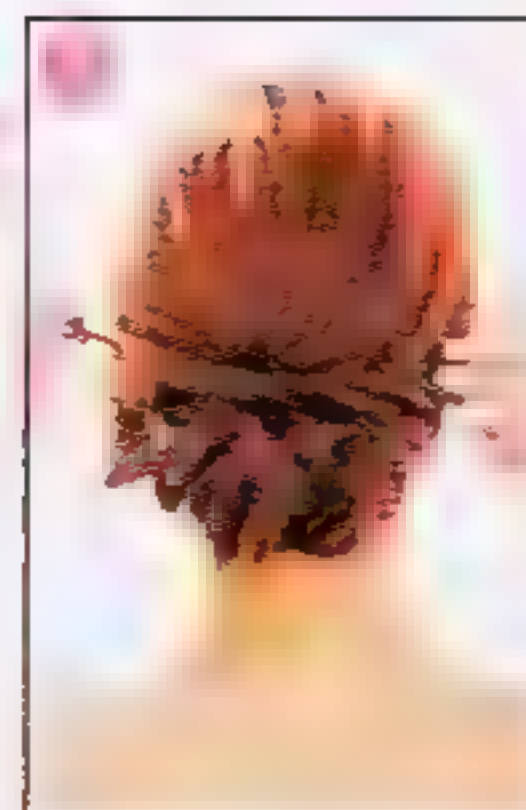
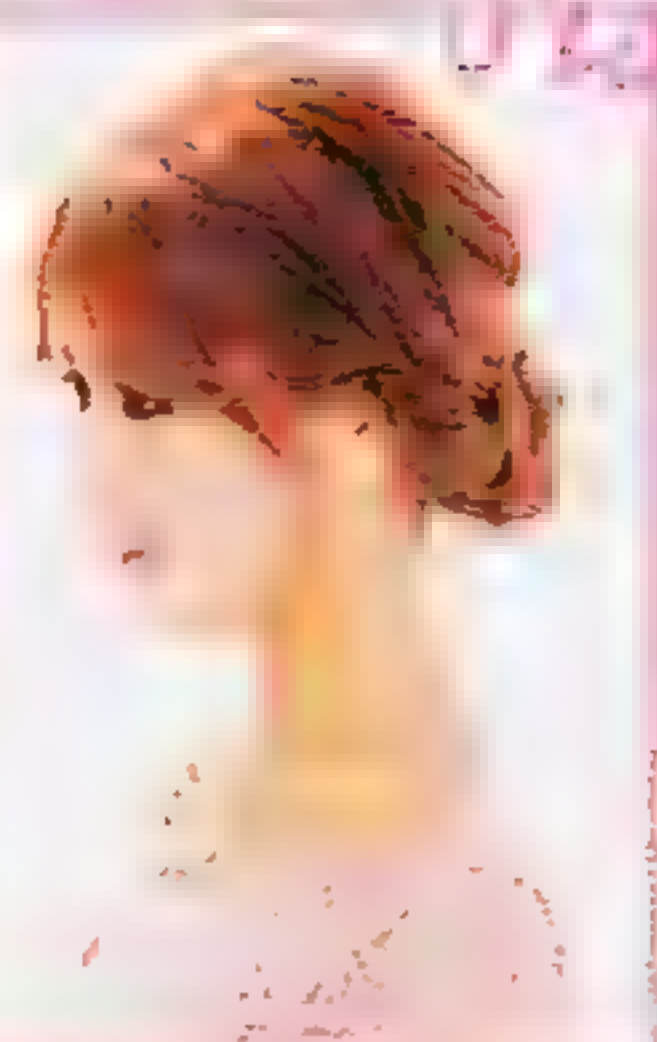
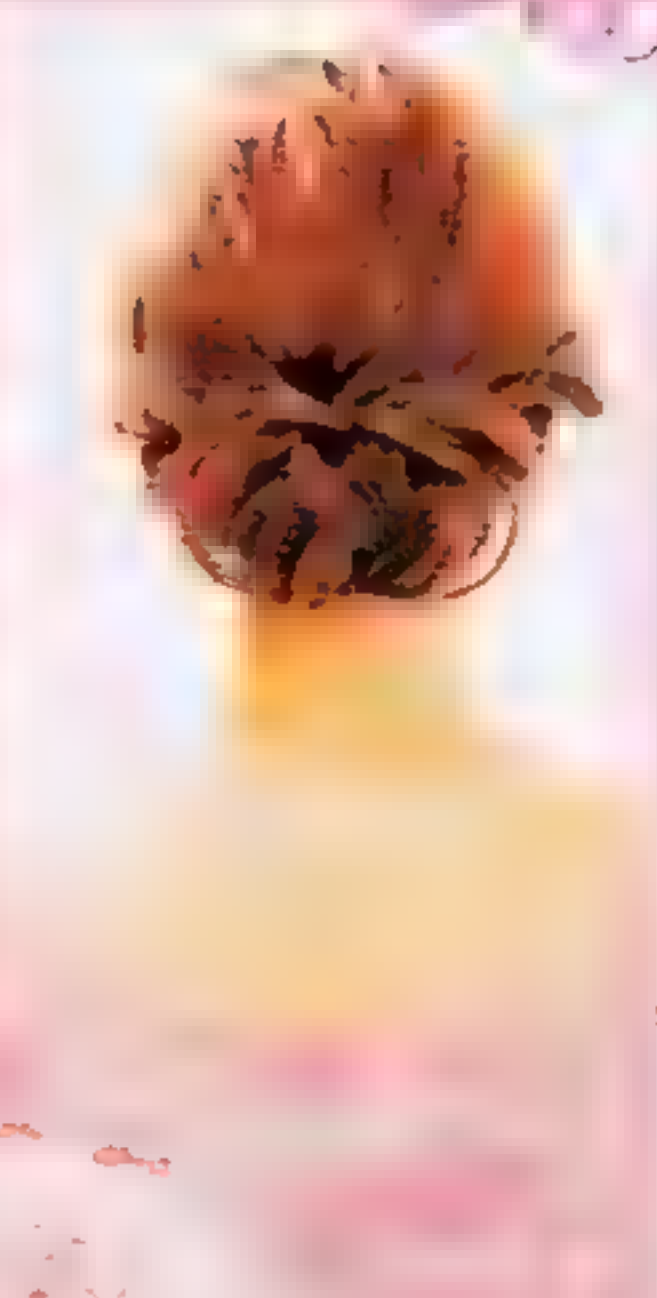
広島看護学生(31歳)広島県
独身・子供なし
青木りえさん

夜の
お食事会に

はかなげで色っぽ♡

ほつれ髪いの

キレイなうなじを魅せるルーズなアップヘアは上品かつ色っぽく
て男性からの支持率高め♡ 正面からはもちろんサイドからも
色気を仕掛けて殿方のハートを鷲掴みにしましょ♡



サイドの毛を2つに分けてロープ状にねじりシニョンの上で固定。これを左右両方やれば完成♡

ゴム部分を持って毛を内側へ入れるようにクルクルとまとめてうなじの上あたりでしっかり固定。

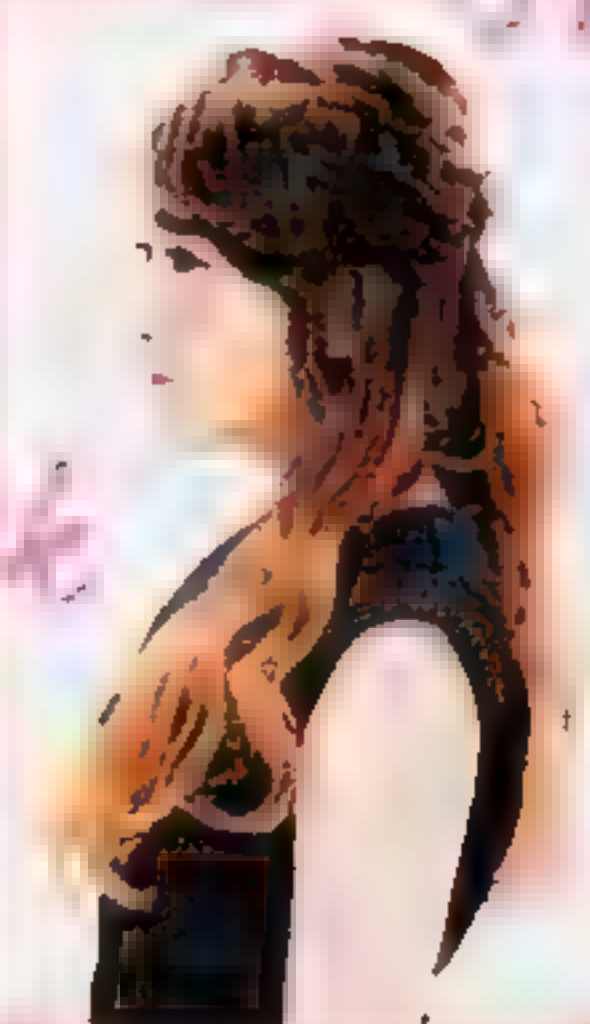
耳から前の毛は残して、それ以外の毛をざっくりと毛先まで三つ編みにしてゴムで結ぶ♡

目指すはエレ女♡

デートに

甘くて知的なハーフアップ

ただの巻きおろしよりも知的に見えるのは、控えめなトップのボリュームや主張しすぎない細三つ編みのおかげ♡ 上品なかわいらしさは好感度も高くてお嫁さんにしたいNo.1♡



サイドの毛を3回ほど編み込んで残りは三つ編み。それをゴムの位置で隠すように留めて完成!

トップをこめかみから平行に取って結ぶ。結んだ後、トップの毛を引っ張り出してふわっとさせる♡

25mmのコテで全体をMIX巻きにした後、毛先を内側に平巻きしてかわいらしく仕上げる♡

北新地ハニラ勤務&美容会社社長
(30歳)大阪府独身・子供なし
まなかさん

お行儀のいいお嬢様は
控えめなハーフアップ♡

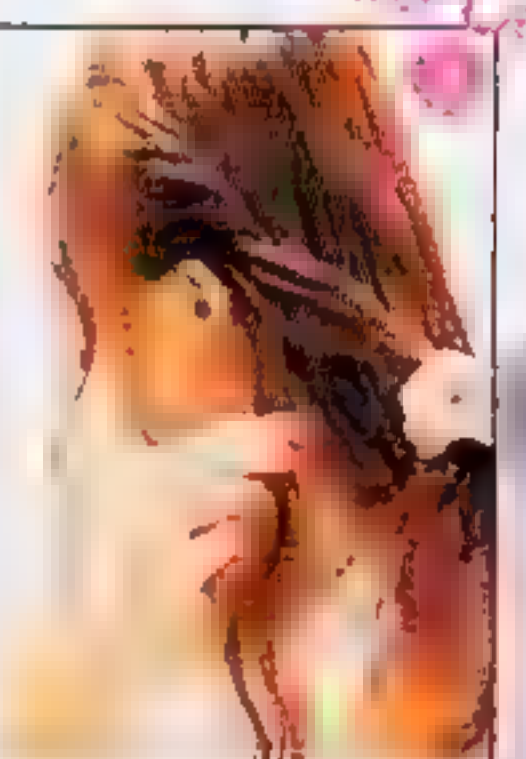
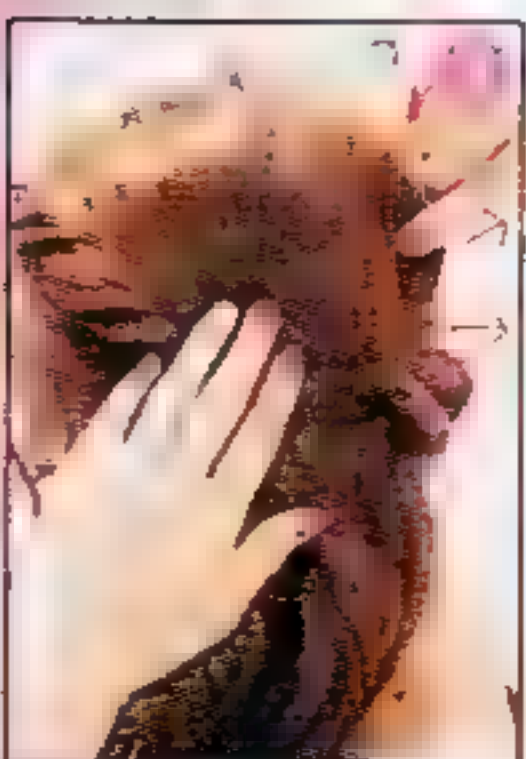
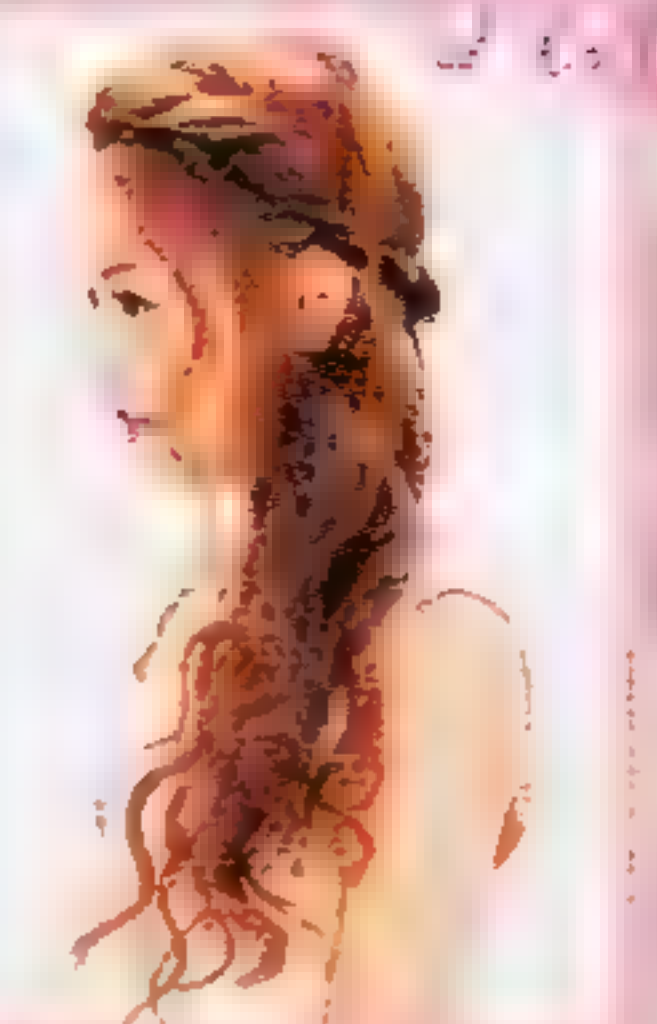


ミステリアスでsexy♡

夜遊びに

ねじりワンサイド寄せ

華やかさと年相応の気品を叶えるサイド寄せは薄暗い店内でも目立つ夜遊びヘア♡ 顔がちゃんと見えるようにフェイスラインの毛はゆるく巻いてクセづけてアクセントにしてね♡



後頭部の毛を少しだけ引っ張り出してふわっとさせるだけでOK♡ くずれてもトイレで直せるよ!

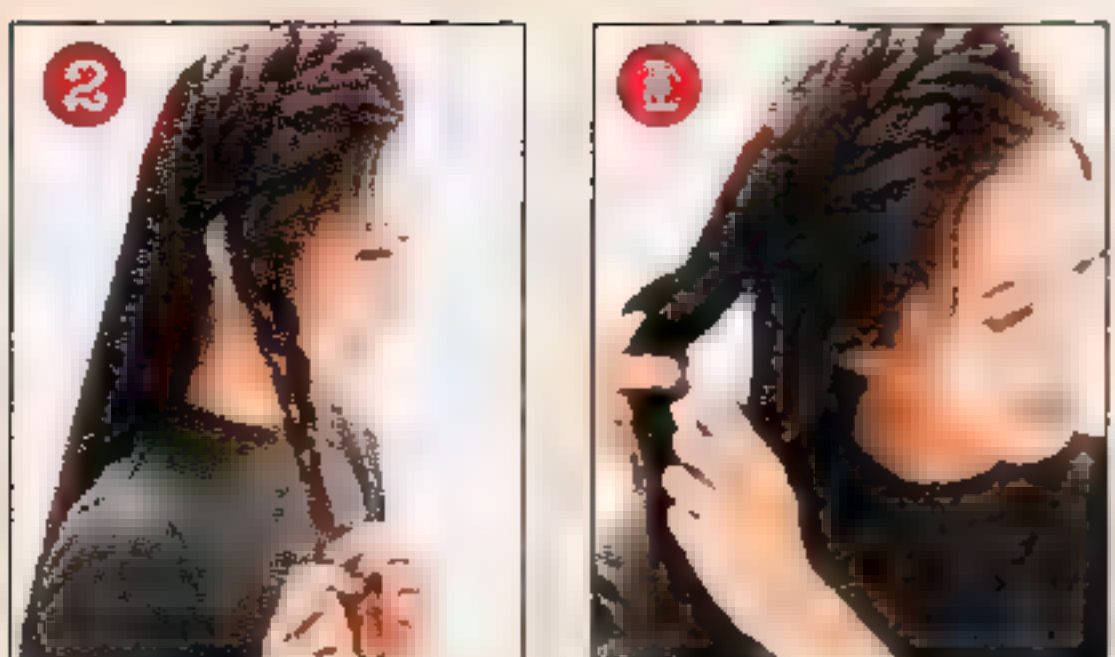
逆サイドの毛も同じように2束に分けて、うなじ部分の毛をすくい上げながらねじって留めていく♡

25mmのコテで中間～毛先までMIX巻き。前髪を2束にして片側へねじり合わせてピンで留める♡

オーラを放つサイド寄せで
暗闇の中でも光り輝く♡



ダンサー(28歳)東京都
独身・子供なし
RIRIさん



耳〜毛先まできっちり三つ編みにしていくよ! ゴムでしっかり結んでくずれないように。

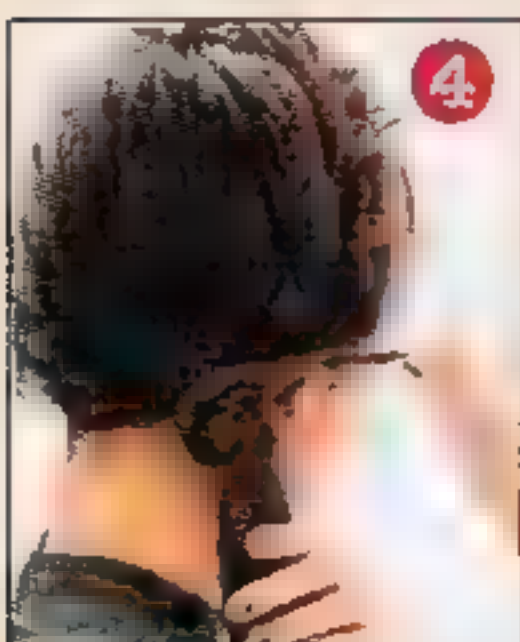
前髪を7:3に分けて多い方の毛をざっくりと表編みに。耳横くらいの位置まで編み込もう!



所要時間

3分

専属モデル(32歳)
既婚・息子1人・娘2人
けいこ



ゴムの結び目に三つ編みを巻きつけてピンで留める! ゴムを隠すひと手間がキレイなママの証♡



残りの毛は写真のようにサイドへ寄せてひとつ結びに。手でざっくりとまとめた方がかわいい♡

Rule 5

子供がいるからって女を諦めない!

ママであり、妻であり、

女でいたい 時短アレンジ

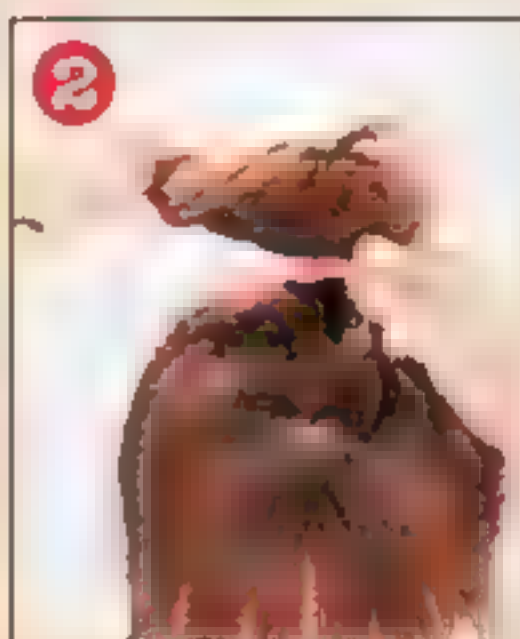
主婦になると旦那様や子供のお世話で大忙し! それでもやっぱり女は諦めたくないと思うのは悪いこと? 限られた自分時間の中でもできる簡単なアレンジで、いつまでもかわいい唯一無二の妻&ママでありたい♡



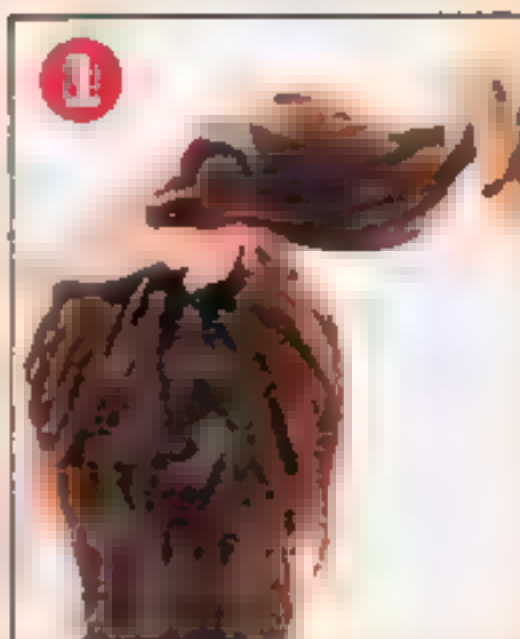
温めておいた28mmのコテで毛束の中間あたりを中心に軽くMIX巻きすればでき上がり♡



ランダムにピンで固定してお団子に。自分の好きなボリュームにして無造作にまとめよう♡



毛束をグルグルねじってゴムを隠すように巻きつける♡ 短い毛が飛び出ても気にしない~!



耳下くらいの位置でざっくり上下にプロッキング♡ くずれないようにしっかりゴムで結びましょ!

ライター&TOKYONADESHIKO
プロガー(36歳/東京都)
既婚・娘1人
水野祐香さん

シワも目尻もリフトアップ♡

若見えハーフ団子

赤ちゃんママの悩みは産後ハゲとお疲れ顔! ふわふわと無造作なハーフ団子なら産後ハゲも隠して目尻のシワもリフトアップできちゃう♪ しっかりかわいいから旦那さんもメロメロ♡

3人のママに見えない!

編み込み サイド寄せ

寝る前に三つ編みをしておけば巻かずにできちゃうアレンジ! うざったい前髪を編み込みでかわいらしく作り込んで結べば、あったかい雰囲気のママヘアのでき上がり♡

いざという時に邪魔じゃない

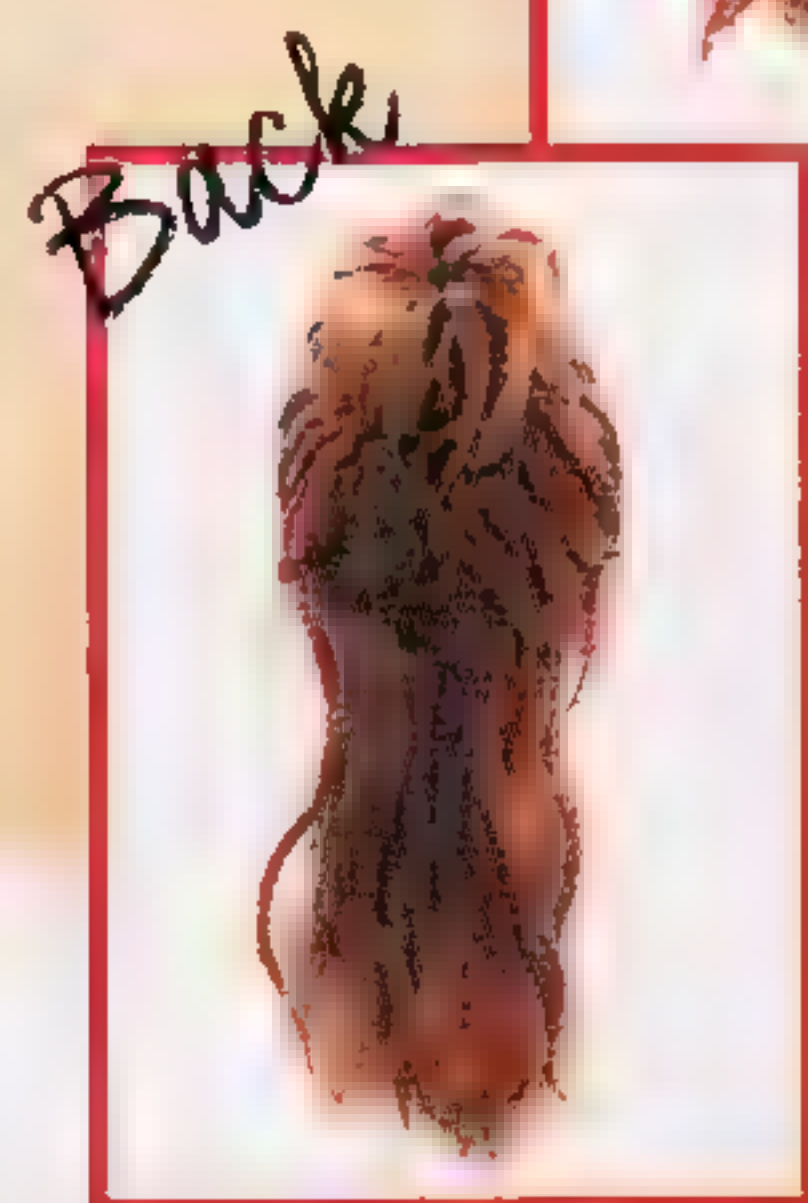
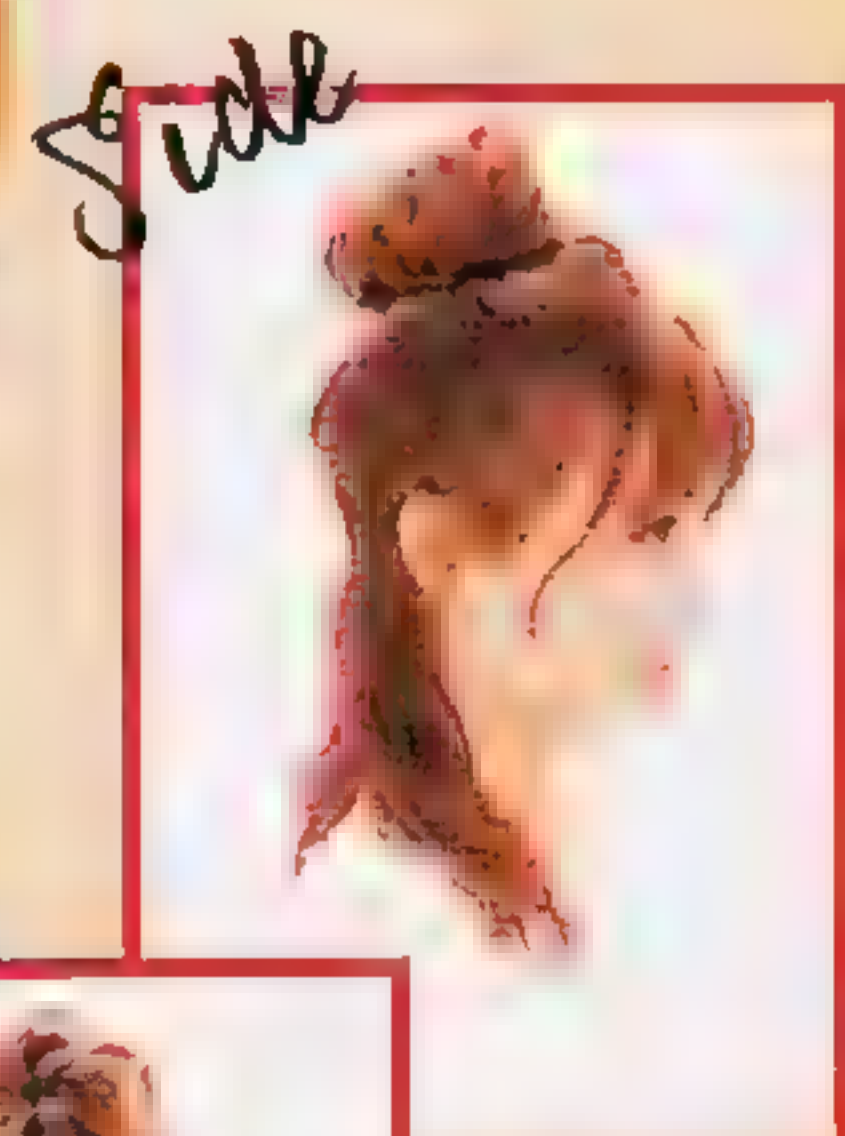
時短とかわいいを両取りヘア♡



所要時間

7分

赤ちゃんの抱っこもOK!
疲れ顔にならないアレンジ♡



赤ちゃんに引っ張られない♪ ママガールポニテ

所要時間

5分

編み込みで甘めに仕上げた
ポニテで惚れ直させる♡

レサー休業中(30歳/東京都)
既婚・娘1人
神子島みかさん

まだ新婚ホヤホヤだけど赤ちゃんがいて巻き髪にしている時間がない♡ そんなママにオススメの編み込みポニテ♡ 裏編みをマスターすればサクッとできてかわいい魔法のアレンジ♪



低めのポニテでひとつ結びをしたら、裏編みの毛束を取ってゴム部分に巻きつけて留めて完成！
トップ～後頭部まで裏編み込み。裏編み込みは立体的に編み目が出てキッチンとした雰囲気♡
左右にぎゅっとブロックします♡写真の様にキッチリと分けたい方がかわいい仕上がりに♡

保護者会などの母行事に！

上品マダムハーフup

保護者会や園行事、そしてママ友の集まり…子供が成長するたびに増える母行事！ セットサロンへ行く時間はないから、普段の巻き髪十くるりんぱで上品なムードを演出したい♡



前髪とフェイスラインの毛先を32mmのコテで外巻き♡羽根のように軽やかにカールをつけて♡
ゴム上の位置に隙間を空けて毛束を上へ通してくるりんぱ♡ゴムのそばだけほぐします♡
上品カールは32mmのコテで内巻きに巻いた後にこめかみからV字にブロックして結ぶ♡

所要時間
20分

医療関連会社勤務(33歳/東京都)
既婚・息子1人
古橋綾香さん

くるりんぱのハーフupで
八方美人な母になる♡

所要時間
10分

旦那さんとラブラブ満喫中♡

愛され三つ編みカチューシャ

寝る前に三つ編みを仕込んで時短するアレンジヘア♡ 巻きおろしのゴージャスさよりも可憐な雰囲気を出せるから、旦那さんが放っておけない妻になること間違いなし♡



左右に細めの三つ編みを作って結んだら逆サイドへ2本の三つ編みを交差させてピンで固定。
編み目をほどくと自然なウェーブに。毛先だけ32mmのコテでランダムに巻き足す♡
左右と後ろ2つの計4つに分けて、頭部からは三つ編みにして寝ます♡

俺がいないとダメだな♡と
守りたくなるラブリーヘア♡

美容室経営&アクセサリーデザイナー
(28歳/東京都)
既婚・子供なし
大城あいさん

視線を集める3大トレンドヘア小物をピックアップ★ あくまでも大人らしく、流行を取り入れることが最重要。小物を使ったお姉さんらしいアレンジも一緒にご紹介します♪

ハイブランドのヴィンテージスカーフはシンプルロゴでクラスアップ♡
ヴィンテージSaint Laurentのスカーフ ¥3,900/原宿シカゴ表参道店



秋らしいアースカラーの配色がシンプルコーデにこなれ感をプラスしてくれる♡ 配色スカーフ ¥3,900/DURAS

チェーン柄のスカーフは赤×ネイビーでコーデを華やかにアップデート♪ 古着のスカーフ ¥1,000/原宿シカゴ表参道店

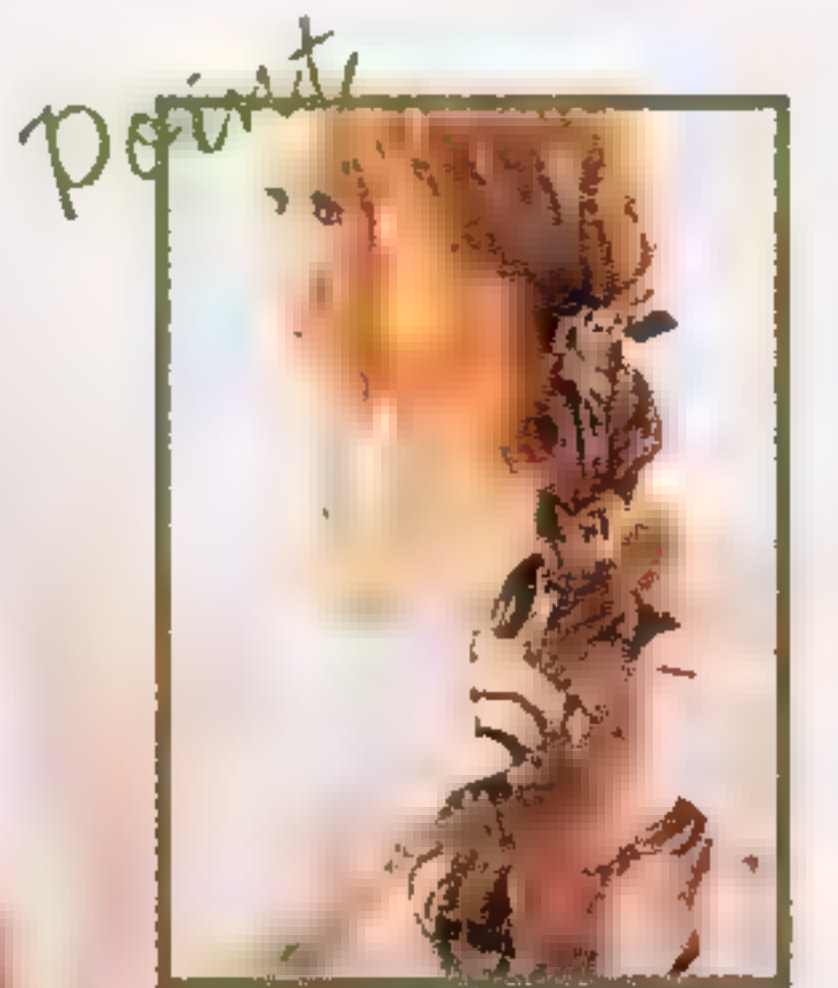
三つ編みに混ぜたスカーフでみんなの視線をいただき♡

How to Arrange

- 1 髪をウェーブ巻きたら左サイドでひとつ結び。ゴムを隠すようにスカーフの角を結ぶ。
- 2 毛を3等分してスカーフを巻き込みながら三つ編み♪ スカーフはそのまま垂らして結ぶ。

Hair Accessory 01 スカーフ

秋冬カラーに衣替えたスカーフでマンネリしがちなヘアをドレスアップ♡ 合わせやすいベージュ系からこっくり秋カラーまで色や柄のバリエーションが豊富で服に合わせていろいろ楽しめるよ♡



三つ編みと一緒にスカーフを巻き込むだけだから誰でも簡単にできてかわいいよ♡

スカーフ ¥1,100/Grandedge 渋谷109店 ニット ¥5,900/LIP SERVICE フープイヤリング ¥1,600/お世話や

Hair Accessory 02 三角バレッタ

インスタやtwitterなどSNSで話題になった三角バレッタ♡ お姉さんでもつけやすいシンプルかつインパクトのあるバレッタはアレンジヘアの仕上げに使えると人気急上昇♡

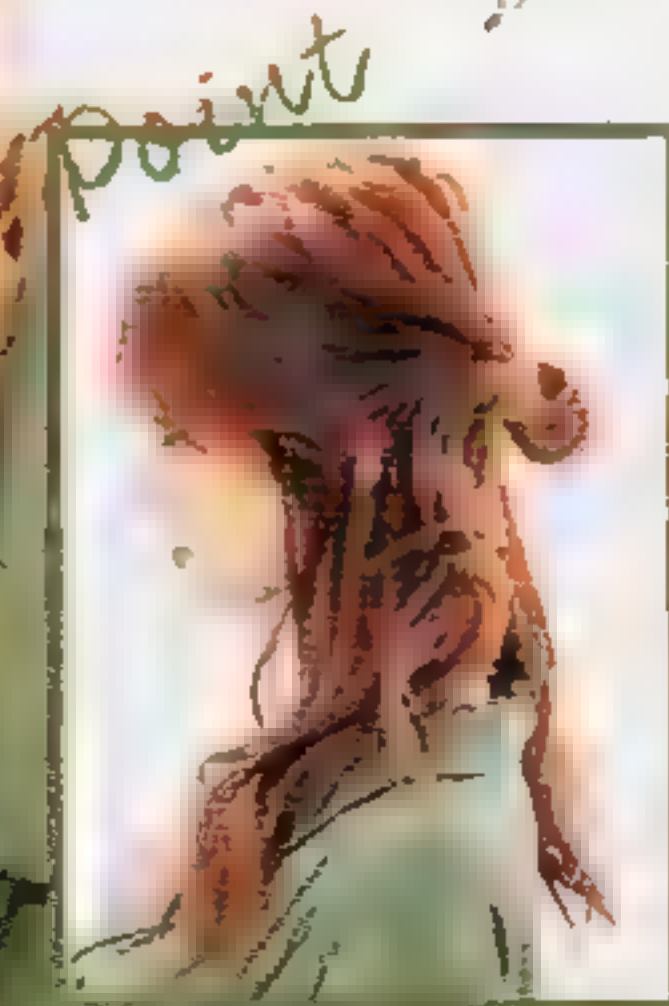
How to Arrange

- 1 ゆる巻きしたら耳の高さで上下にブロックング♪ 結ぶ時に輪っかを残しておくよ♡
- 2 輪っかをランダムに散らしピンで固定。残った毛先を持ち上げてバレッタで留めるだけ♡

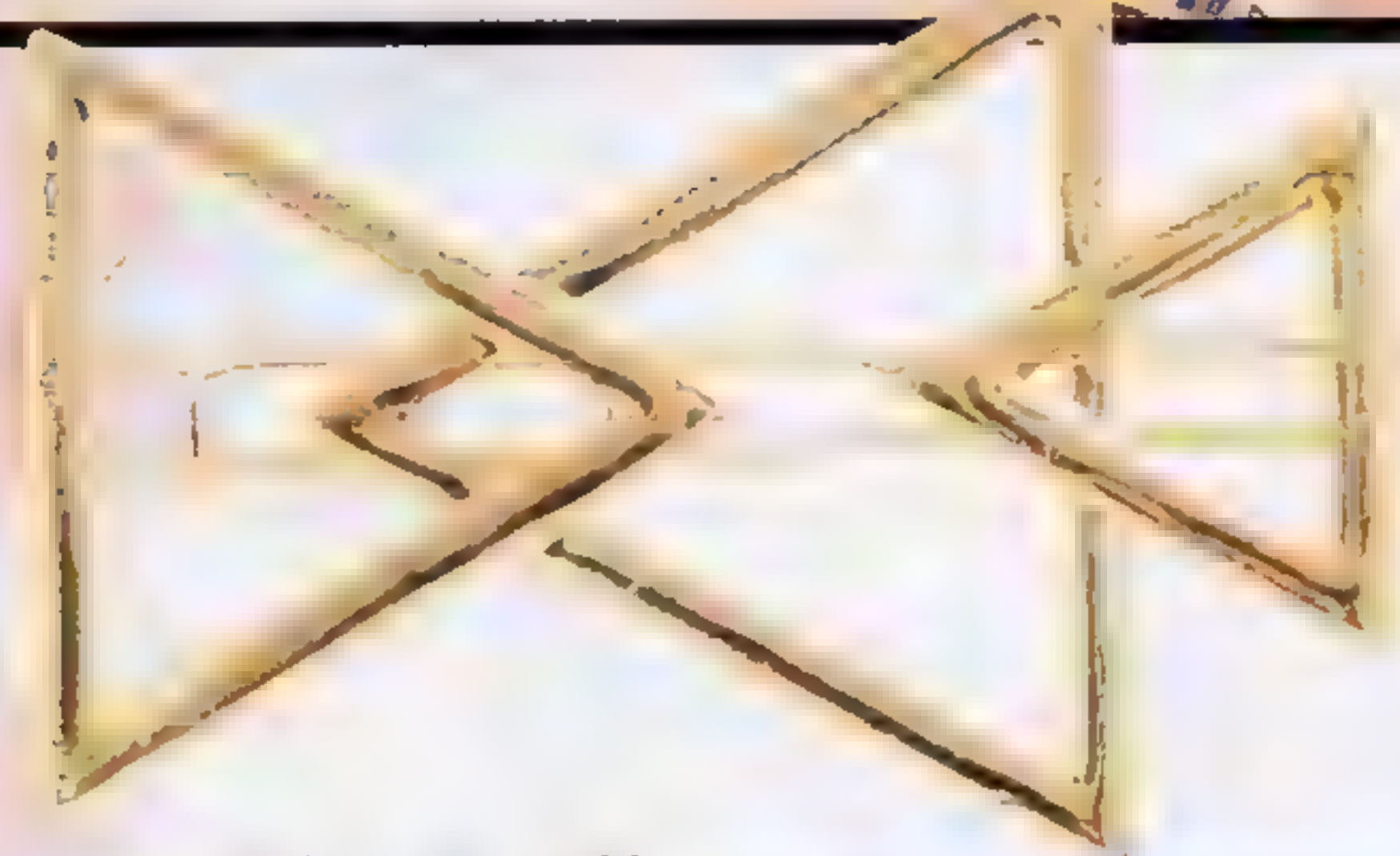
バレッタ ¥1,200、チョーカー ¥2,000/ともにお世話や シャツ ¥6,300/LIP SERVICE



しっかり髪を留められておしゃれに見えるってステキ♪



髪を結ぶ時に全部通さないで写真のように輪っかを残すとお団子が簡単にできるよ♡



フレームタイプはシンプルな巻きおろしの耳横につけてワンポイントにするとかわいい♡ ゴールドフレームピン ¥500/お世話や

大人っぽくて上品なべっ甲風も大人気♡ 髪に馴染みやすく取り入れやすい。べっ甲風フレームピン ¥800/Grandedge 渋谷109店



レトロな雰囲気のゴールド×白バレッタは小さくても存在感バツグン♡ 大人のラブリーススタイルに♡ バレッタ (価格未定)/お世話や



取り外し可能な大きなファーがかわいいハット♡ ネイビーは上品な雰囲気キマる♡ ファー付きハット ¥9,500/DURAS

メンズライクなボークパイハットはトレンドに敏感なメンズからも人気絶大のデザイン♡ ボークパイハット ¥7,900/DURAS

上品レディなムードに演出するならホースビット付きのハットがイチオシ♡ ビット付き中折れハット ¥4,200/LIP SERVICE

Hair Accessory 03 ハット

秋冬コーデに欠かせないヘア小物といえばハット！ 2016年の秋冬はこっくりカラーの中折れハットに大注目だよ！ ツバの幅は8~10cmが人気♡ ディテールもいろいろあって選ぶのが楽しい♡



帽子の中に髪の毛を入れ込んでルーズなボブっぽく見せるのがオシャレな上級者♡

How to Arrange

- 1 髪の毛を後ろでゆるくひとつ結び。ゴムの位置を毛先側へ10cmほどずらしてたるませて！
- 2 毛束をラフにねじってハットの中へ♪ うなじやサイドの毛をたるませてルーズボブに♡

ハット ¥4,900/pool studio alivier (銀座マギー) オールインワン ¥8,980/EGOIS T ルミネエスト新宿店



合わせやすいグレイージュとなんちゃってボブでこなれ感♡

ちょっとした顔のコンプレックスも目くらしでできるくらい美髪は大切♡ プライベートに、仕事に、忙しく過ごしているお姉さんにオススメのヘアグッズを集めました♡

リンダ カラーシャンプー

染めたてのヘアカラーを保つカラーシャンプーが新発売!! いろんなヘアカラーに対応できるムラサキ・レッド・シルバーの3カラーを展開してるよ! 各¥1,200/ウエルネスジャパン



マトメージュ まとめ髪スティック

アレンジが完成した時に気になるアホ毛・おくれ毛♡ そんな毛をそのままダイレクトにキープする固形ワックス! ヘアメイクさんも使ってるよ! (美咲 32歳/東京都)



ミルボン ディーセス リンケージ ミュー4

使い切りタイプのトリートメントは傷んだ髪にダイレクトに効いてサラサラに♡ 夫のサロンでも販売しているんだけど、お客様からも大人気の商品♡ (大城あい 28歳/東京都)



ミルボン ディーセス エルージュダ エマルジョン

ダメージを補修してふわふわしっとり髪になるトリートメント♡ 水分量を保つアクアコラーゲンが入ってるんだって♡ 気に入るすぎて沙世のサロンにも置いてるよ! (早川沙世 33歳/東京都)

モロツカンオイル ヒートスタイリング プロテクション



モロツカンオイル ルートリフト

独自のアルガンオイルを配合した新商品が登場♡ スタイリングから熱によるダメージまで髪にうるおいを与えるラインアップ! (右から) ¥2,200、¥2,800、¥2,800/すべてモロツカンオイルジャパン

モロツカンオイル スタイリングジェル ストロング

オージュア エクイアル フォースミスト

根元に立ち上がりが欲しい時にコレをスプレー! 髪全体になじませてから乾かすとふわっとした仕上がりになる♡ 日頃からエイジングケアを意識してるよ! (まなか 30歳/大阪府)

フィーノ プレミアム クッチ浸透美容液 ヘアマスク

ゴワゴワに広がる髪が嫌でクチコミのよかったこのヘアマスクを試してみたらビックリ★ サラサラしっとりまとまりました♡ ドラッグストアでも買えていいよ! (RIRI 27歳/東京都)



ISM ヘアフルグラ クラッシュリペア スプレー

ヘアサロンISMが開発したトリートメントスプレー♡ UVや嫌な臭いをカットしてサラサラに! 同じ香りのシャンプー&トリートメントと一緒にどうぞ♡ 各¥1,200/スタイルクリエーションジャパン



連載

姉ageha的
イチオシ
fashion selection

今月の“イイ女入門”アイテム

この連載では、身につけるだけで“イイ女”度が上がる、特別なファッションアイテムをピックアップ。
つまり、毎号ここに掲載されるものを集めていけばその度にイイ女になれちゃうってわけ♡

PHOTO_Kazuki Yayama(BIEI) STYLING_Mizuki Nakano HAIR&MAKE_Yuko Nozaki MODEL_Sayaka Araki EDIT&TEXT_Haruka Noda

第5回

「ヒョウ柄小物」

Leopard Print Accessories

フォルムのしっかりした小物で
取り入れるのが
カッコいい女ムードに

About Item:

今年の冬はヒョウ柄やファーなど、動物系アイテムが再ブーム。とはいえ、昔みたいにアウターやロングブーツなど面積広めに着るのではなく、小物でさりげなく投入するのがイイ女流の使い方。

- ・フォルムのしっかりしたアイテム
- ・細かい柄より大判の柄
- ・使っていいのは1つだけ。その他はシンプルにまとめる

このルールさえ守れていれば、上品さを保ちながら意志の強さやカッコよさを醸し出せるはず。華やかさも出るから、ちょっとオシャレしたいときにだって大活躍です。

ヒョウ柄が流行ったのはかれこれ15年以上も前。青春時代のファッションをヒョウ柄なしには語れない私たちにとって、今でも輝いて見えるのは当然のことなのかもしれません。

あるいは、ヒョウが持つ野生的なイメージが私たちの眠っている本能を刺激しているのかも？ ヒョウ柄を身につけたいときは、もしかしたら何かに満たされていないサインなのかも…と考えるのも自分をはかる材料としておもしろいですよね。

【上】レオパードプリントバッグ¥6,900、ライダースジャケット¥32,000、タイトスカート¥5,900/すべて ENVYM キャミソール¥3,900/LIP SERVICE スタッズプレス¥1,900/DURAS 【下】レオパードプリントパ
ンプス¥14,000/ダイアナ(ダイアナ 銀座本店) チェスターコート¥8,900、ニット¥4,900/ともにSPIRAL
GIRL 渋谷109店 デニムパンツ¥14,990/GYDA渋谷109店 ネックレス¥1,980/EGOIST ルミネエスト新宿店

RESEXXY

Autumn
- Winter
Looks
16tips.

EASY
GLAMOUR
STYLE

“Redialing the Black”

SAIYAKA
& YUUKA

は簡単だけど、どうしたら表現で

RESEXXYで考える

「イイ女」って
こういうこと!

これまで姉 ageha では何度も「イイ女」というキーワードを提案してきました。でも「イイ女」って具体的にどんな人のことなのか、表現したり表現するのって実は難しい。今回は原点に還り、同じく「イイ女」をテーマとする RESEXXY のお洋服で3つの像に仕立ててみました。

PHOTO_Kazuki Yoyama(BIEI) STYLING_Mizuki Nakano HAIR&MAKE_Yuko Nozaki MODEL_Sayaka Araki,Yuuka Obara EDIT&TEXT_Haruka Noda THANKS

Rule ①

シンプルなのに辛口 かっこイイ女

Hashtag: #simple #black #SAYAKA #RESEXXY

小物で盛らず、サラリとしたコーデがかっこよさの極み。黒が持つ辛さを最大限に利用して。着回しのきく便利色として使わず、主役に。

ニットジャケット ¥8,490
ワイドパンツ ¥5,490
Wチェーンネックレス ¥1,990
ピアス ¥1,990
すべて RESEXXY

ワイドパンツと辛口に、羽織のルースさをゆるセクシーに昇格



ブラック×レッドのモードっぽい配色が
ワンランク上の印象に

ニットジャケット ¥7,990、
スクランブルライントップ
ス ¥5,990、ワイドパンツ
¥7,990、ピアス ¥1,990、
パンプス[参考商品] すべて RESEXXY

クールなワントーンコーデは
デコルテ見せで抜け感を

ニットトップス ¥4,990、ワイド
パンツ ¥5,490、トレンチ
コート ¥8,500、ハット ¥4,990、ピアス ¥1,990、
Wチェーンネックレス ¥2,490、ダブルブレスト
ジャケット ¥1,990、ビョウ柄切替ハッ
グ ¥8,990、パンプス[参考商
品] すべて RESEXXY



フェイクファーコート
¥13,990、ボーダー
ワンピース¥6,490、
ピアス¥1,990、す
べてRESEXXY

ゴージャスなファーコートは
ボーダー投入で迫力を抑えめに

ブルーデニムよりもシックに
着られるグレーデニムが大人っぽい

THEセクシーなシアードコートは
オーバーコートで着崩し控えめに

オーバーサイズコート¥13,990、
リブトップス¥5,990、リブスカ
ート¥6,490【トップス、スカ
ートセット購入¥10,000】、ピアス
¥1,990、バングル¥2,490、パ
ンプス【参考商品】／すべてRE
SEXXY

Rule

2

盛らずに隙を作る かわい女

Hashtag: #loose #white #YUUKA #RESEXXY

お姉さん世代の“かわいい”は20代前後のそれとは別。作りすぎたかわいさではアンバランスです。色・素材で控えめに甘さを取り入れて。

ミニ丈ワンピースはダスティーな
ピンクなら攻めすぎずかわいげ

【右】フェイクムートンコート¥9,990、シャギーニットワンピース¥4,990、
ラインピアス¥1,990、【左】フェイクムートンコート¥9,990、シャギーニッ
トワンピース¥4,990、サークルピアス¥1,990、すべてRESEXXY

ベロアの高貴さがあるからワンピース一枚でもサマになる

スヌードつきニットワン
ピース¥6,490、ビジュ
ピアス¥1,990、ツイストリ
ング¥1,490、デザインリ
ング¥1,490、ブーティ
ー¥8,990、バケツショルダー
バッグ¥6,990、すべて
RESEXXY

スヌードのほっこり感が
隙とかわいさを作ってくれる

ネックデザインベロアワンピース¥6,490、フェザーバッグ
¥8,990、ともにRESEXXY



黒コーデはフェザー小物やアニマル柄アクセで今っぽく盛り上げて

ニットトップス¥5,490、ニットスカート¥5,490、
サークルピアス¥1,990、ネックレス¥1,990、
フェザーバッグ¥8,990 / すべて RESEXXY

レース切替コンゼネリ
¥8,990、手に持ったフェイ
グレザーシャケット ¥8,9
90、ハンクル ¥2,490、サ
ラッチバック ¥5,990、ネイ
ンテッドデザインワンピース
¥8,990、TUT RESEXXY

レース使いの女っぽさはアイテムは辛口小物で意外性を



Rule

3

見た目で気を引く 気持ちイイ女

Hashtag: #fluffy #lightcolor #SAYAKA #YUUKA #RESEXXY

例えばファー・もこもこのボアをつい触りたくなってしまうのと同じ。視覚的にやわらかそうなものは、人を惹きつける力があるんです。

かわいすぎちゃって
シンプルな黒

カジュアルな
デニムコーデに
突然オシャレに

【右】フェイクファーノーカラージャケット¥12,990、リブニットトップス¥5,990、ペンシルスカート¥5,990、サークルピアス¥1,990、【左】フェイクファーノーカラージャケット¥12,990、トップス¥4,990、デニムパンツ¥13,990、デザインリング¥1,490、フェザーモチーフリング¥1,990、ストーンつきのピアス¥1,990、すべて RESEXXY ※11/2(水)よりアフターフェア開催。すべてのアイテムは11/11(火)にオンラインストアは11/11(火)に

ループのボリウムニットは
ミニスカでタイトにまとめて

オシャレ度の高いファーベストは
ハットを足してデイリーに

フェイクファーベスト
¥9,990、バックブリーズ
トップス¥5,490、デニ
ムパンツ¥13,990、ハッ
ト¥4,990、ネックレス
¥2,490、トライアング
ルリングセット¥2,490、
クラッチバッグ¥5,990、
パンプス【参考商品】
すべて RESEXXY

ニットトップス¥6,490、フェイク
ムートンスカート¥6,490、チョー
カー¥2,990、クロコ型押し切替
バッグ¥8,990、レースアップブー
ツ¥9,990、すべて RESEXXY

Information

「ハロウィンで仮装したいけど、どこに出かけたらいのかかわからない」と悩んでいる人に朗報♡ 2016年10月29日(土)、東京・お台場で女のこのためのハロウィンイベント「Tokyo Girls Bang」が開催されるよ! 国内外で活躍する女性有名DJが集結。RESEXXYモデルズの見学幸代こと「DJ Miss Sachi」も一緒に会場を盛り上げます! 当日「Tokyo Girls Bang × RESEXXY

ハロウィン仮装大賞」を開催。人気モデル、有名イケメン俳優、RESEXXYモデルズ3人が審査員として登場します。エントリーの上、仮装大賞を受賞すると、豪華プレゼントがもらえます! その他にも行くだけで楽しめる企画が盛りだくさん! イベントの詳細、およびチケットの購入方法はP132のインフォメーションページと、RESEXXY オフィシャル SNS をチェックしてね。

イベント
詳細

「Tokyo Girls Bang Halloween supported by RESEXXY」

会場: ダイバーシティ東京 H.L.N.A SKYGARDEN / SKATE PARK

開催日時: 2016年10月29日 15:00 ~ 20:00

前売りチケット: 3,000円 当日チケット 4,000円

メルマガ会員登録はQRコードから



店舗メルマガ



RUNWAYchannel



SUPPORTED BY

RESEXXY

コスプレしてイベントに出かけよう♡

RESEXXY OFFICIAL SNS

Instagram: RESEXXY_OFFICIAL Twitter: @RESEXXY Facebook: @RESEXXY

BLOG: <http://ameblo.jp/resexxy-models>

お問い合わせ先: RESEXXY 渋谷109店 03-3477-5098

毎号人気の「着回し」企画。

その反面「着回しって難しい」というみなさんの声もよくいただいています。

着回すってことは、それなりにどんなお洋服とでも相性が良くないと難しい

ってこと。派手で目立つものや、デザインが凝った個性的なものを追い求めてきた

私たちにとって、そういう選び方って実は不慣れなんです。

だからこそ今回は、買って失敗しないアイテムと、着回し方のご紹介。

オシャレ
下手でも
大丈夫!

1着につき3パターン以上の着こなし方を考えてみました

アウター・ワンピースの 着回し底力!!

PHOTO_Nobuyuki Sasaki STYLING_Yoko Tsutsui(PEACE MONKEY) HAIR&MAKE_Yuko Nozaki
MODEL_Sayo Hayakawa,Rina Sakurai,Kanae Sugiyama EDIT&TEXT_Haruka Noda

Part
1

ライトアウター・ロング丈カーデ・ウールコートがあれば大丈夫

沙世グラマラス・莉葉レディの

10・11月を乗りきる
アウター3着決定版!

Part
2

たった1着が小物次第でこんなに見違える!

レディに・カジュアルに
ワンピース3着を
各6通りに着てみた



10・11月を乗りきるアウター3着決定版!

グラマラス派に使えるアウターはこの3つ

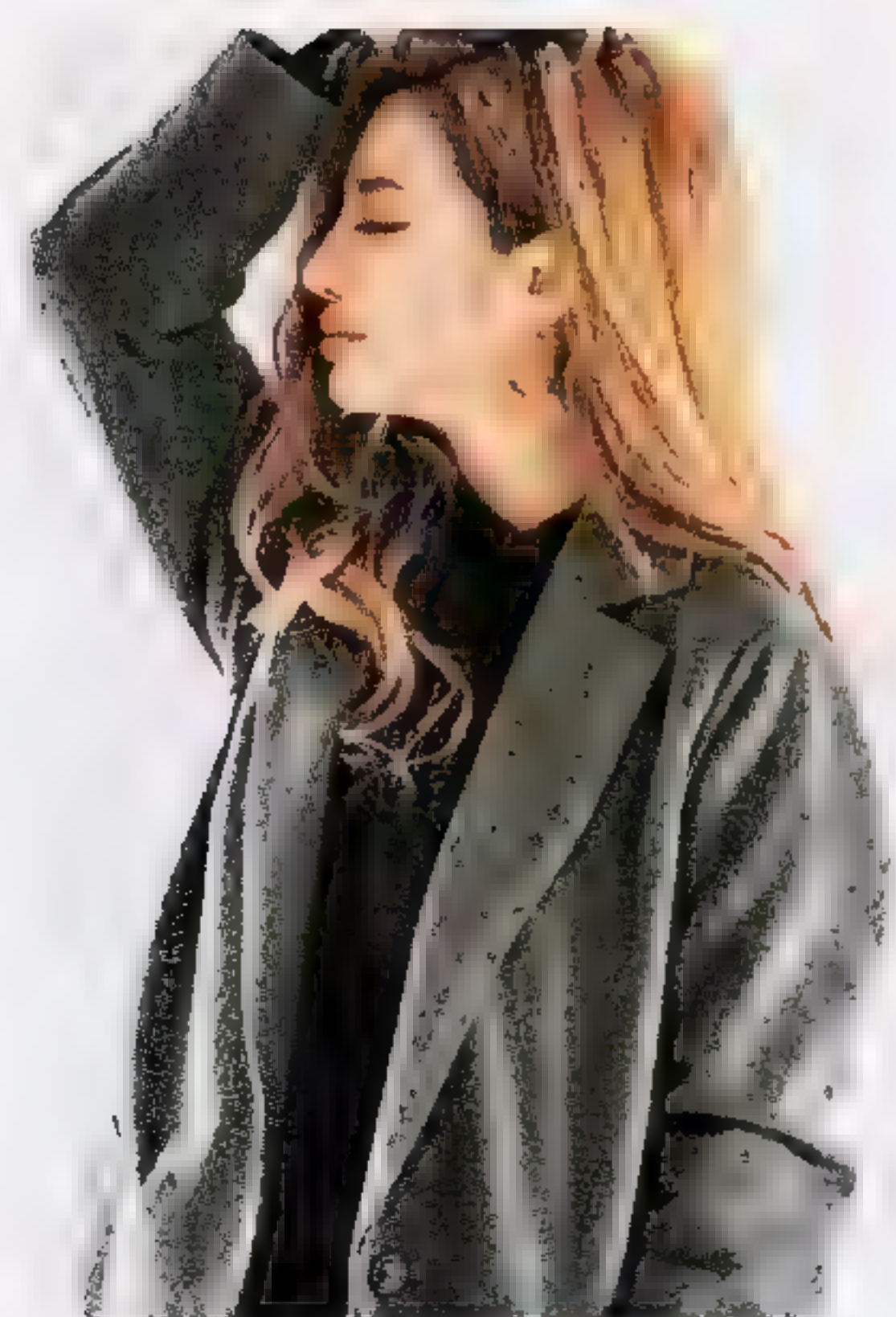
1 ライダース ジャケット

カジュアルやメンズライクなコーデに限らず、甘めアイテムとも好相性なのでデザイン性が高い割に着回し力抜群。まだ暖かい時期は肩に羽織ったり腰巻きして使うのもオシャレ。



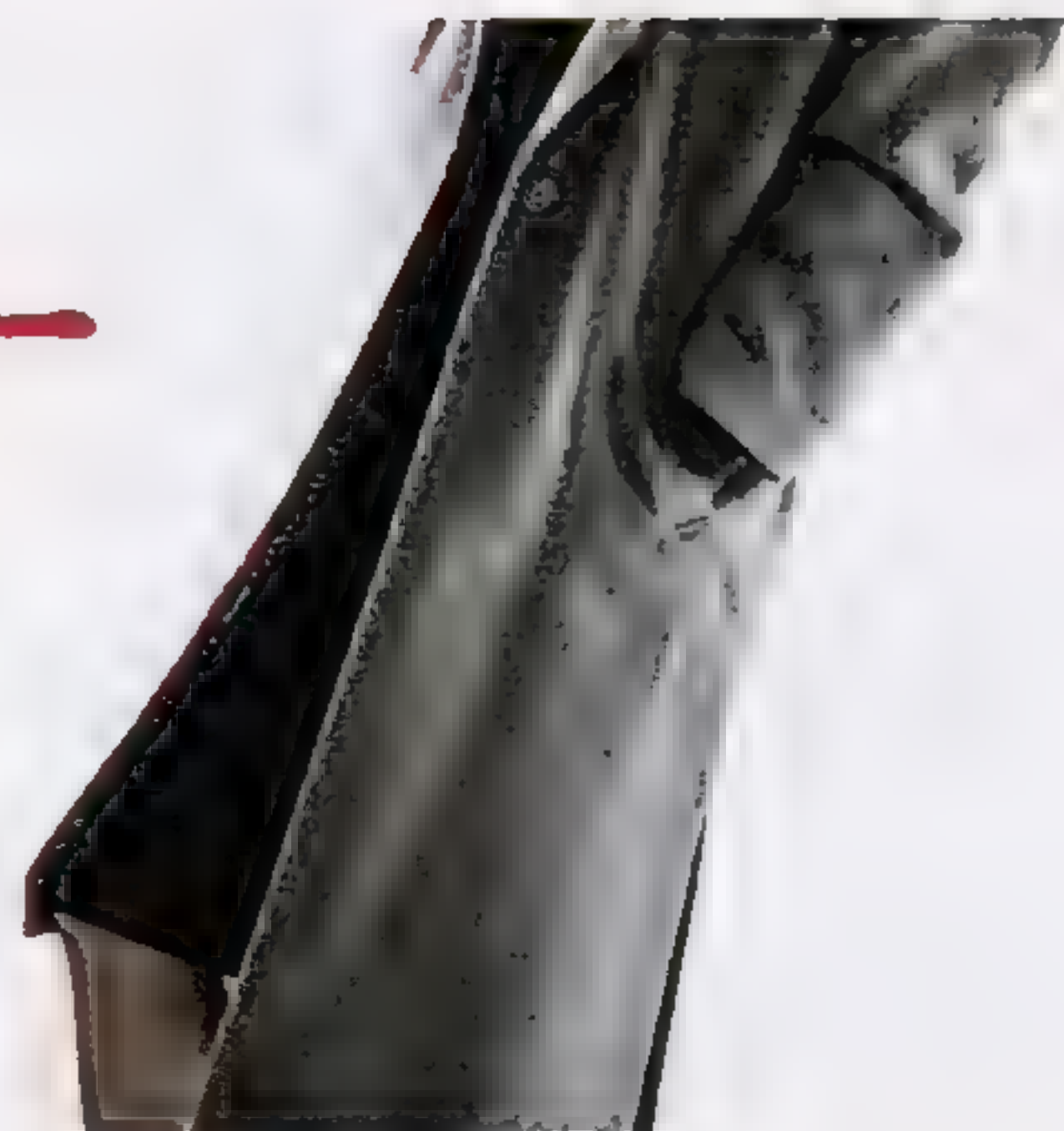
2 コーディガン

ロング丈アウターは今年もトレンド。シンプルかつニュアンスカラーが着回し力を上げる肝に。さらに肩落ちデザインのルーズさが、今っぽい“キレイ”を作り出してくれます。



3 チェスター コート

どんなコーデも辛口に仕立ててくれるチェスター。グレーならカッコよさがアップするし、中のコーデに色が使われていてもなじみます。これも肩落ちのオーバーサイズが旬の形。



沙世グラマラス

ってこんな人!

- ☒ 「かわいい」よりも「キレイ」と言われたい
- ☒ シンプルが好き
- ☒ パンツスタイルが多い
- ☒ 大人っぽい色気が欲しい
- ☒ ベーシックカラーが好き



今こんな服装の人!

2016年9月号・
撮影/勝吉祐介
(PEACE MONKEY)



2016年9月号・
撮影/勝吉祐介
(PEACE MONKEY)

Sayo
Glamorous

Part 1

ライトアウター・ロング丈カーデ・ウールコートがあれば大丈夫

沙世グラマラス・莉菜レディの

寒暖差が激しいこの時期は3つのアウターがあると便利。アウターが同じだとコーデがマンネリ...という悩みはここで解決♡

莉菜レディ

ってこんな人!

- ☒ 「キレイ」よりも「かわいい」と言われたい
- ☒ 派手好き
- ☒ ミニ丈ボトムスをよく着る
- ☒ 女のコッぽい甘さが欲しい
- ☒ 淡いライトカラーが好き

今こんな服装の人!

2016 年 9 月号・
撮影/勝吉祐介
(PEACE MONKEY)



2016 年 9 月号・
撮影/勝吉祐介
(PEACE MONKEY)

レディ派

に使えるアウターはこの3つ

ツイード ジャケット

主張の強いツイードジャケットはシンプルなスタイルの締め役的存在。ゴージャス感がありながらもカチツとした印象になるから、ラフなミニ丈やデニムもお姉さんに昇格させます。



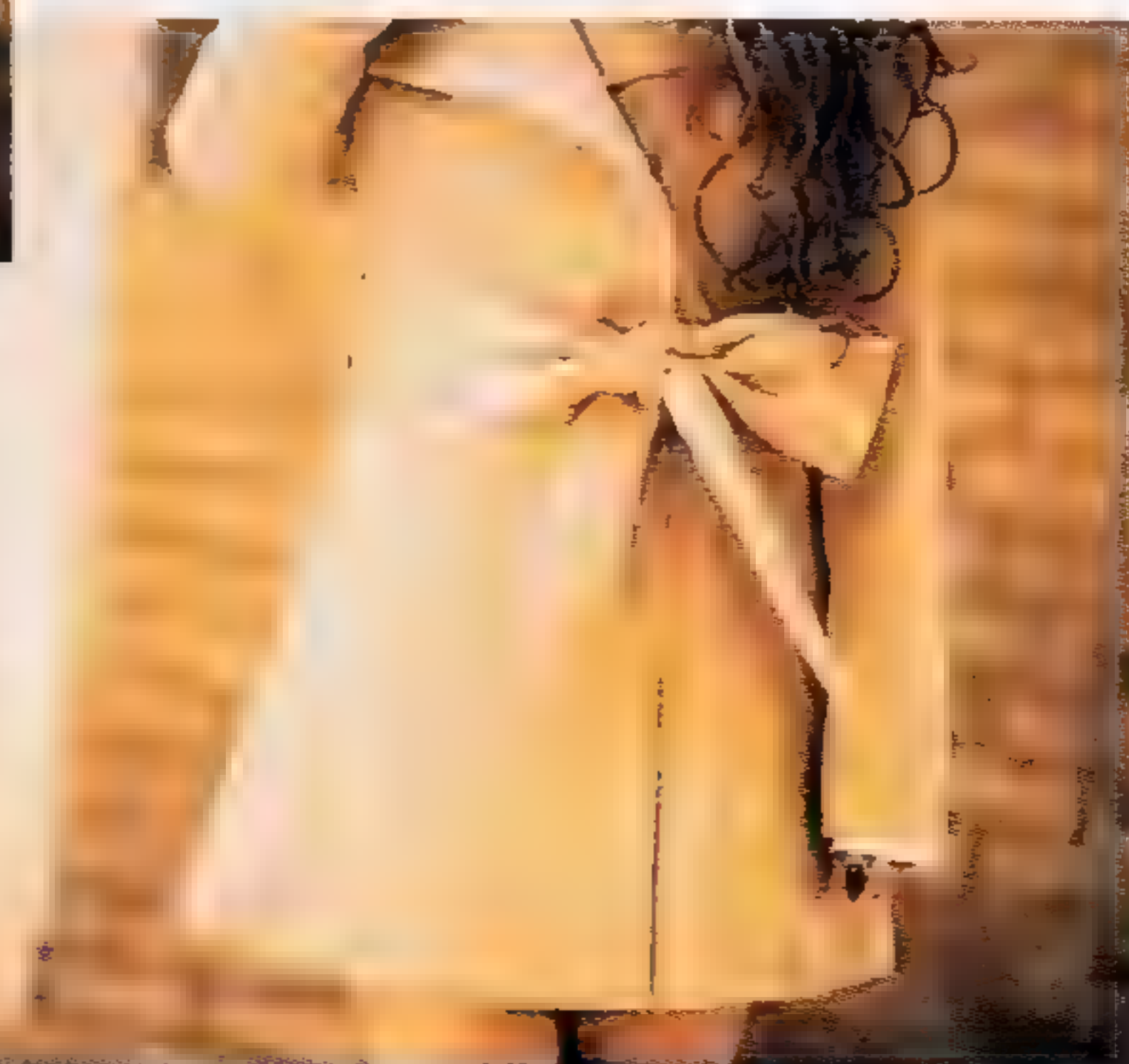
2 ロングニット カーディガン

ほっこりするニットカーデは派手な柄もクラシカルなモノトーンもやさしい印象に。白なら甘さ強めで「かわいい」のまとめ役に最適。ゆったりシルエットが着回しやすい形。



3 Aライン ウールコート

Aラインコートはレディ派の象徴。シルエットで甘さが強い分、コーデに奥行きが出るページュが合わせやすくて便利。大きい襟のものが大人っぽく、高見えするポイントに。



Rina Lady

グラマラス派3着を着回し!



2 コーディガン

¥7,900/SPIRALGIRL 渋谷109店



今年っぽいニュアンス
カラーコーデにしっくり

ブラウス¥5,580/EGOIST ルミネエスト新宿店 ワイドパンツ¥8,900 フリンジピアス¥1,900/ともにFLOVE ヴィンテージ ヴァイトンのショルダーバッグ¥27,800/Hedy ローファーパンプス¥8,900/LIP SERVICE



気軽なTシャツコーデが
カッコよく辛口に昇華

VネックTシャツ¥2,900/SPIRALGIRL 渋谷109店 ワイドパンツ¥8,900/ROYAL PARTY LABEL フープピアス¥1,500/DURAS ヴィンテージ シャネルのショルダーバッグ¥107,800/Hedy ストライプスリッポン¥5,900/ESPERANZA ルミネエスト新宿店



1 ライダース ジャケット

¥13,000/ROYAL PARTY LABEL

難易度高めなワンピースは
ライダースの力でレトロスタイルに



花柄ワンピース¥2,999/スピンズ ストーンショーカー¥2,500、バッグ¥5,900/ともにFLOVE ベルト¥3,800/Delyle NOIR 渋谷109店 レースアップブーツ¥24,000/ダイアナ (ダイアナ 銀座本店)



お嬢さんなミディスカートも
媚びない雰囲気

リブニットトップス¥4,490/RESEXXY 渋谷109店 チュールスカート¥1,998/スピンズ スカーフつきクラッチバッグ¥2,290/WEGO サングラス¥3,000/FLOVE スエードフリンジパンプス¥17,500/ダイアナ アモロサ (ダイアナ 銀座本店)

3 チェスターコート

¥12,990/RESEXXY 渋谷109店



重く見えがちな黒コーデが
なじむ同トーン配色



ボリュームニット¥5,990、ニット
タイトスカート¥5,990/ともに
RESEXXY 渋谷109店 クラッ
チバッグ¥6,900/BARAK 渋谷
109店 ショートブーツ¥9,800
/ESPERANZA ルミネエスト新
宿店 タイツ/スタイリスト私物

カジュアルなデニムスタイル
には肩掛けでこなれ感を



タートルニット¥6,900/
MIA デニムパンツ¥10,
000/FLOVE ファーピア
ス¥1,500/RASVOA 渋谷
109店 ヴィンテージ ヴァ
レンティノのバッグ¥14,800
/Hedy ヒョウ柄パンプ
ス¥6,900/REZOY

ドレッシーなミニ丈ワンピースが
トーン合わせで大人っぽく



プリントワンピース¥8,90
0/ROYAL PRATY LAB
EL ピアス¥1,500/RA
SVOA 渋谷109店 ヴィ
ンテージ セリーヌのバッグ
¥47,800/Hedy ファ
ーデザインショートブーツ
¥23,500/ダイアナ アモ
ロサ(ダイアナ 銀座本店)

ボルドー×黒の重め配色を
なじませつつモードっぽいムードに



チョーカーつきニット
¥4,900/LIP SERV
ICE レースアップワ
イドパンツ¥7,900/
SPIRALGIRL 渋谷10
9店 フリンジピアス
¥1,900/DURAS シ
ョルダーバッグ¥25,0
00/ダイアナ(ダイア
ナ 銀座本店) フラッ
トシューズ¥5,900/
ESPERANZA ルミネ
エスト新宿店

ベーシックなコーデが
ルーズな羽織りでトレンド感アップ



ロンT¥3,900、デニムパンツ¥10,000、めがね¥3,000/
すべてFLOVE チェックストール¥4,900/ROYAL PART
Y LABEL ベルトデザインバッグ¥9,500/Delyle NOIR
渋谷109店 パンプス¥16,500/ダイアナ(ダイアナ 銀座
本店)

グラマラスなワンピースも
飾りすぎないこなれスタイルに



ノースリーブニットワ
ンピース¥6,980/
EGOIST ルミネエ
スト新宿店 ハット
¥5,900/ROYAL
PARTY LABEL ヒ
ョウ柄ショルダーバ
ッグ¥2,990/WE
GO プーティー¥
20,000/ダイアナ
アモロサ(ダイアナ
銀座本店)

レディ派3着を着回し!

デイリーなデニムコーデが
一気にオーラ漂うスタイルに



ツイード ジャケット

¥13,800/Delyle NOIR 渋谷109店

ロングニット カーディガン

¥28,900/DURAS

クラシカルなモノトーンコーデに
ゆるさが出て今っぽく



バイカラーベアワンピース¥6,900/Delyle NOIR 渋谷109店 ハット¥5,500/DaTuRa ルミネエスト新宿店 ヴィンテージ シャネルのイヤリング¥25,800、ヴィンテージ ヴァレンティノのショルダーバッグ¥17,800/ともにHedy ショートブーツ¥9,800/ESPERNZA ルミネエスト新宿店

タートルニット¥4,500/DURAS デニム
パンツ ¥7,900/Delyle NOIR 渋谷109店
ヴィンテージ シャネルのイヤリング¥26,800、
ヴィンテージ シャネルのチェーンバッグ
¥99,800/ともにHedy ファーチャームつ
きパンプス¥7,300/R&E

ショーパンなのにかしこまった
風に見えるのはツイードの力



セクシーなボディコンワンピースの
品格を上げる締め役に



ニットワンピース ¥4,700/LIP
SERVICE ハンドバッグ[ショルダー
一つき]¥8,900/DaTuRa ルミネエ
スト新宿店 Tストラップパンプス
¥6,300/R&E

バックブリーツレイヤードニット¥5,490/RESEXXY 渋谷109店 ツイード
ショートパンツ¥5,900/Delyle NOIR
渋谷109店 イヤリング¥1,800/Gr
andedge 渋谷109店 ショルダーバ
ッグ¥6,900/RASVOA 渋谷109店 ニ
ーハイブーツ¥14,800/ESPERANZA
ルミネエスト新宿店

ラフなボーダーも白ニットの
甘さでデイト服に昇格



ボーダーニットトップス¥5,900、ボーダーニットスカート¥5,900/ともにDelyle NOIR 渋谷109店 バッグ¥6,500/SPIRALGIRL 渋谷109店 パンプス¥6,900/R&E

3 Aライン ウールコート

¥13,800/Delyle NOIR 渋谷109店



本格的に寒くなったら
主役にしてワンスピの見せ方に



ボトルネックニット¥5,900/S
PIRALGIRL 渋谷109店 バッ
グ¥8,500/DURAS ニーハ
イブーツ¥10,800/R&E

デキる人っぽいパンツスタイルが
女性らしくマイルドに



チェーンつきノースリーブト
ップス¥5,900/Delyle N
OIR 渋谷109店 スキニー
パンツ¥7,900/DURAS
ハット¥4,900/LIP SERV
ICE ビーズイヤリング¥1,
600/Grandedge 渋谷109
店 ショルダーバッグ¥21,
000/ダイアナ(ダイアナ 銀
座本店) ヒョウ柄パンプ
ス¥6,900/R&E

花柄ワンピース¥7,900/
Delyle NOIR 渋谷109店
ヴィンテージ シャネルの
イヤリング¥22,800/H
edy ハンドバッグ[チェ
ーンショルダーつき]¥9,
800/DaTuRa ルミネエ
スト新宿店 ストラップ
パンプス¥9,800/ESP
ERANZA ルミネエスト新
宿店

モノトーンコーデを洗ませ
ない華やかさとして



レースノースリーブトッ
プス¥5,900、レースタイト
スカート¥5,900/ともに
Delyle NOIR 渋谷109店
ヴィンテージ シャネルの
イヤリング¥25,800/He
dy フリルデザインバッ
グ[ショルダーつき]¥9,0
00/rienda(パロックジャ
パンリミテッド) パンプス
¥11,800/DURAS タ
イツ/スタイリスト私物

ドレッシーなセットアップの
雰囲気にもびったりマッチ



インパクト大な花柄を
かわいらしく見せる中和剤に



オフショルカットソー
¥5,990/RESEXX
Y 渋谷109店 花柄
タイトスカート¥6,50
0、バッグ¥8,900/
ともにDelyle NOIR
渋谷109店 チョーカ
ー¥637/WEGO ニ
ーハイブーツ¥39,00
0/ダイアナ(ダイア
ナ 銀座本店)

Part 2

たった1着が小物次第でこんなに見違える！

レディに・カジュアルにワンピ3着を 各6通りに着てみた

1枚でコーデが完成する楽さがある反面、着こなしがパターン化しやすいもの。でも、選び方さえ間違えなければ幅広く活用できるんです！



つば広帽はレディ・カジュアルどちらにも使いやすい便利アイテム。キャップは人気復活の今、ひとつ加えるとコーデが見違えます。



例えばこんな
お悩みはないですか？

- ☒ 小物の合わせがワンパターンでいつも同じコーデ
- ☒ 甘い着こなししかできない
- ☒ ハタチ前後の頃と着こなし方が変わらない
- ☒ 大人っぽい着こなし方がわからない
- ☒ ドレッシー・勝負服っぽくなっちゃう
- ☒ ノースリワンピを冬に活用できない

今っぽい小物を テイスト違いで 用意すると便利です

秋冬はレトロ感のある小物が雰囲気作りに大活躍。カチッとしたものは引き締め、ベレー帽やめがねなどラフなものは着崩しに。

今年再流行のチョーカーとファー小物。チョーカーはテイスト違いであると便利。ファー小物はレディスタイルの味つけに♡♡



こんなお悩みを解決するには！



これを踏まえて、3着の
ワンピを徹底的に着回し！



ちなみに着回しにくい
ワンピはこんなもの

柄物
一発でそれなりに見えるけど記憶に残りやすく自分も人からも「またこれ着てる」感高め。

真っ白
白って実は派手。素材にもよるけどワンピだと甘さが目立ちやすく、かわいすぎる危険が。

フレア・Aライン
どんなにシンプルだったとしても小物をカジュアルにしても、レディにしか使えません。

レディに着る

Lady



ふんわりカーデで
ミニワンピースの甘さを助長



カチっとした羽織り&小物で
イイ女度強め

ツイードジャケット ¥13,800 / Delyle NOIR 渋谷109店
チェーンショルダーバッグ ¥7,500 / LIP SERVICE レース
アップパンプス ¥18,500 / ダイアナ アモロサ (ダイアナ 銀座本店)



女らしくゴージャスな
小物を合わせてクラシカルに

ハット ¥5,500 / DaTuRa ルミネエスト新宿店
ヴィンテージ シャネルのチェーンバッグ ¥142,800 / Hedy パール
イヤリング ¥2,200 / Grandedge 渋谷109店
ボルドーリボンチョーカー ¥1,900 / BARAK 渋谷109店
ニーハイブーツ ¥31,000 / ダイアナ アモロサ (ダイアナ 銀座本店)

黒のニットワンピース

プレーンなニットワンピースは着回し初級者にもかなり使える1枚。どんな小物でも失敗なし。

← ¥4,990 / RESEXXY 渋谷109店



→ ライダースジャケット ¥8,980 / EGOIST ルミネエスト新宿店
パーカー ¥6,900 / チョーカー ¥1,500 / ともに BARAK 渋谷109店
サングラス ¥3,490 / RESEXXY 渋谷109店
クラッチバッグ [ショルダーつき] ¥7,900 / ROYAL PARTY LABEL
スニーカー ¥1,990 / WEGO タイツ/スタイリスト私物

カジュアルに着る

Casual



スポーティー小物となら
気張らずデイリーに使える



メンズライクなまとめが
ワンピースの女らしさを際立たせる

デニムシャツ ¥6,900 / DURAS 千鳥柄キャップ ¥3,500 / SPIRALGIRL 渋谷109店
リュック ¥4,900 / Ober Tashe 渋谷109店
ポイントアップス ¥16,500 / ダイアナ (ダイアナ 銀座本店)

チェスターコート ¥13,900 / S PIRALGIRL 渋谷109店
ヴィンテージ ルイ・ヴィトンのショルダーバッグ ¥44,800 / Hedy
フービヤリング ¥999 / スピンズ
レースアップショートブーツ ¥8,900 / R&E



ビビッドな色と合わせて
夜のお出かけスタイル

レディに着る

Lady

シャギーニットカーディガン ¥5,490/RESEXXY 渋谷109店 リボンイヤリング ¥590/WEGO チョーカー ¥700、バッグ ¥4,999/ともにスピンス ストラップパンプス ¥18,500/ダイアナ アモロサ (ダイアナ 銀座本店)

ニットカーデをルーズに着れば色っぽさもハマりすぎない

小物は盛らずファーコート1枚で上品ゴージャス

大柄ストールをさっくり巻いてこなれた雰囲気

千鳥柄ストール ¥4,900/DURAS ハンドバッグ ¥7,500/rienda (パロックジャパンリミテッド) ストラップパンプス ¥9,800/ESPERANZA ルミネエスト新宿店

ピンクファーコート ¥29,000、レースショートブーツ ¥14,500/ともにrienda (パロックジャパンリミテッド) フリンジショルダーバッグ ¥9,980/EGOIST ルミネエスト新宿店 イヤリング ¥1,800/Grandedge 渋谷109店 タイツ/スタイリスト私物

グレーの膝丈タイトワンピ

膝丈タイトはシルエットだけで色っぽい♡デザイン性のある小物で遊んでこなれさせて。
→ ¥7,990/RESEXXY 渋谷109店

ハット ¥3,200/スピンス ロングチョーカー ¥2,500/FLOVE ヴィンテージ セリーのショルダーバッグ ¥37,800/Hedy フリンジショートブーツ ¥22,000/ダイアナ (ダイアナ 銀座本店)

カジュアルに着る

Casual

かわいげなムートンをゆるっと着てカジュアルダウン

レトロ感のある小物でまとめてワンピの色気をさりげなく

チェックチェスターコート ¥11,500/rienda (パロックジャパンリミテッド) ヴィンテージ シャネルのクラシックバッグ ¥82,800/Hedy サンダル ¥10,000/BARAK 渋谷109店 ボイードブーティ ¥17,000/ダイアナ (ダイアナ 銀座本店)

チョーカーとフリンジブーツでボヘミアンにシフト

ムートンコート ¥13,800/DaTuRa ルミネエスト新宿店 ヴィンテージ グッチのバンブーバッグ ¥27,800/Hedy ローファーパンプス ¥8,900/LIP SERVICE

ノーカラーデニムジャケット¥10,800/DURAS ポ
ストンバッグ [ショルダーつき] ¥9,980/EGOIST ル
ミネエスト新宿店 ヴィンテージ シャネルのイヤリ
ング¥26,800/Hedy エナメルリボンローヒールパ
ンプス¥13,500/ダイアナ (ダイアナ 銀座本店) タ
イツ/スタイリスト私物

レディに着る

Lady

ストール¥1,990/WEGO ヴィンテージ イヴ・サンロー
ランのバッグ¥34,800/Hedy ファーパングル¥1,500
/BARAK 渋谷109店 ヒョウ柄パンプス¥6,900/R&E



Gジャンとローヒール
パンプスでラフに

ニュアンスカラー揃えの
甘々ガーリースタイル



アニマル小物を差せば
さりげなく攻めのムード

ダスティピンクの ノースリ ニットワンピ

くびれないストンとしたデザイ
ンが着回し度高め。ピンクでも
くすんだ色は甘すぎなくて◎。
←¥6,300/LIP SERVICE

↓MA-1¥3,999/スピズ ベレー帽
¥3,900/RASVOA 渋谷109店 めが
ね¥3,000/FLOVE ファークラッチ
バッグ¥6,500/SPIRALGIRL 渋谷10
9店 ポインテッドショートブーツ¥22,
000/ダイアナ (ダイアナ 銀座本店)



ベレーとめがねのレトロ感で
ワンピの甘さを払拭

カジュアルに着る

Casual

ムートンジャケット¥12,900/SPIRALGIRL 渋谷
109店 プリントショルダーバッグ¥6,500/ジ
ョワナリエ ルミネエスト新宿店 レースアップショ
ートブーツ¥9,800/ESPERANZA ルミネエスト
新宿店 タイツ/スタイリスト私物

ロング丈トップスとして
使えばトレンド感抜群



ピンク×グレーの甘配色も
黒で締めればカジュアルに



↑ダメージデニムパンツ¥13,500/rienda (パロックジャ
パンリミテッド) ハット¥5,900/ROYAL PARTY LAB
EL ヴィンテージ ルイヴィトンのモノグラムバッグ¥44,
800/Hedy パンプス¥6,900/R&E

冬を鮮やかに彩るフラワーアイテムを手に入れて♡

きれいなお姉さんは

Delyleがお好き♡
NOIR

みんなが愛してやまないデイルノールから、
大人っぽくて華やかな冬の新作が到着♡
360度どこから見てもイイ女の計算されたコーデは
お姉さんの魅力をさらに引き出してくれるはず♡

PHOTO_Mamoru Morikawa STYLING_Mizuki Nakano
HAIR&MAKE_Yuko Nozaki
MODEL_Yuuka Obara EDIT&TEXT_Setsuko Chigira

美シルエットのコートに華やか小物で
デイルらしい色気をひとさじ

体のラインがきれいに見えるシルエットや上品な色みなど、
1枚できれいなお姉さんになれるコートは必見！ノーカラ
ーリボンコート¥15,000、クラシックローズトートバッグ¥
6,900、クラシックローズミラー¥3,900、クラシックローズ
ポーチ¥3,900、ショートプーティ¥15,000/すべてDelyle
NOIR その他/すべてスタイリスト私物

何気ない日常も特別に変えてくれる究極のイイ女コーデ♡

優花が持っているクラシックローズ柄のメイクブラシケースは、なんとノベルティ! 詳しくは右下のNEWSをチェックしてね♪ シャギーニットオフショルダートップス¥6,900、クラシックローズタイトスカート¥6,500、ファーフープピアス¥2,000、ニーハイブーツ¥19,000/すべてDelyle NOIR



SHOP LIST

渋谷 109 4F
心斎橋 OPA 6F
名古屋丸栄 2F
仙台 PARCO 5F
静岡 109 1F

梅田 EST 1F
大宮 ARCHE 2F
天神 CORE 1F
近鉄 PASSE 5F
札幌 4pla 2F

広島 PARCO 4F
宇都宮 PARCO 2F
109ABENO 2F

WEB STORE

<http://blanccloset.com/delylenoir/>

LINE

@delyle_noir

Twitter

@Delyle_NOIR

Instagram

@delylenoir_official

ノベルティNEWS♡

クラシックローズ
メイクブラシセットを
プレゼント!

11月3日(木)から、20,000円以上
お買い上げでクラシックローズ
ケース入りメイクブラシ5本
セットをプレゼントが
なくなり次第終了なので
急いでGETしてね♡

※メイクブラシはデザインが変更になります。

迷いすぎて、
お姉さんが急増中!

神アイテムは 買い です

くすぐるDaTuRaの
気に入りすぎて、
ユラーが急増中!
ます♪

オフショルニットと裾ファーの
冬の肌見せで悩殺しちゃう♡

体が泳ぐゆるゆるなオフショルニットは、
肌を包み込んでくれるので、寒い冬でも
快適に過ごせます。価格は¥7,900/110cm

色チ
買い #2

はるなつ
クールニット

天使の羽
ショートパンツ

キラキラの
フードがポイント♡



色チ
買い #3

ふわふわ
グラデーション
ニットワンピ

オールシーズン人気の
グラデーションニットの
冬バージョンは、ふわふわ
素材&フードにキラキラつき♡

ターリ・ロム○な
1枚で2枚になれる
愛されニットワンピ
どなたでも着られるかわいく見
せてくれるから、【色チ買い】続出
間違いなし! 全長キラキラな
ショートパンツ ¥2,900
【右】オフショル ¥1,200 【左】
ヒール 厚底 ¥35,000 / オフ
DaTuRa ニットワンピース ¥3,6
※送料別

気に入りすぎて、
色違いで買っちゃう

DaTuRaの

色チ

お決まり

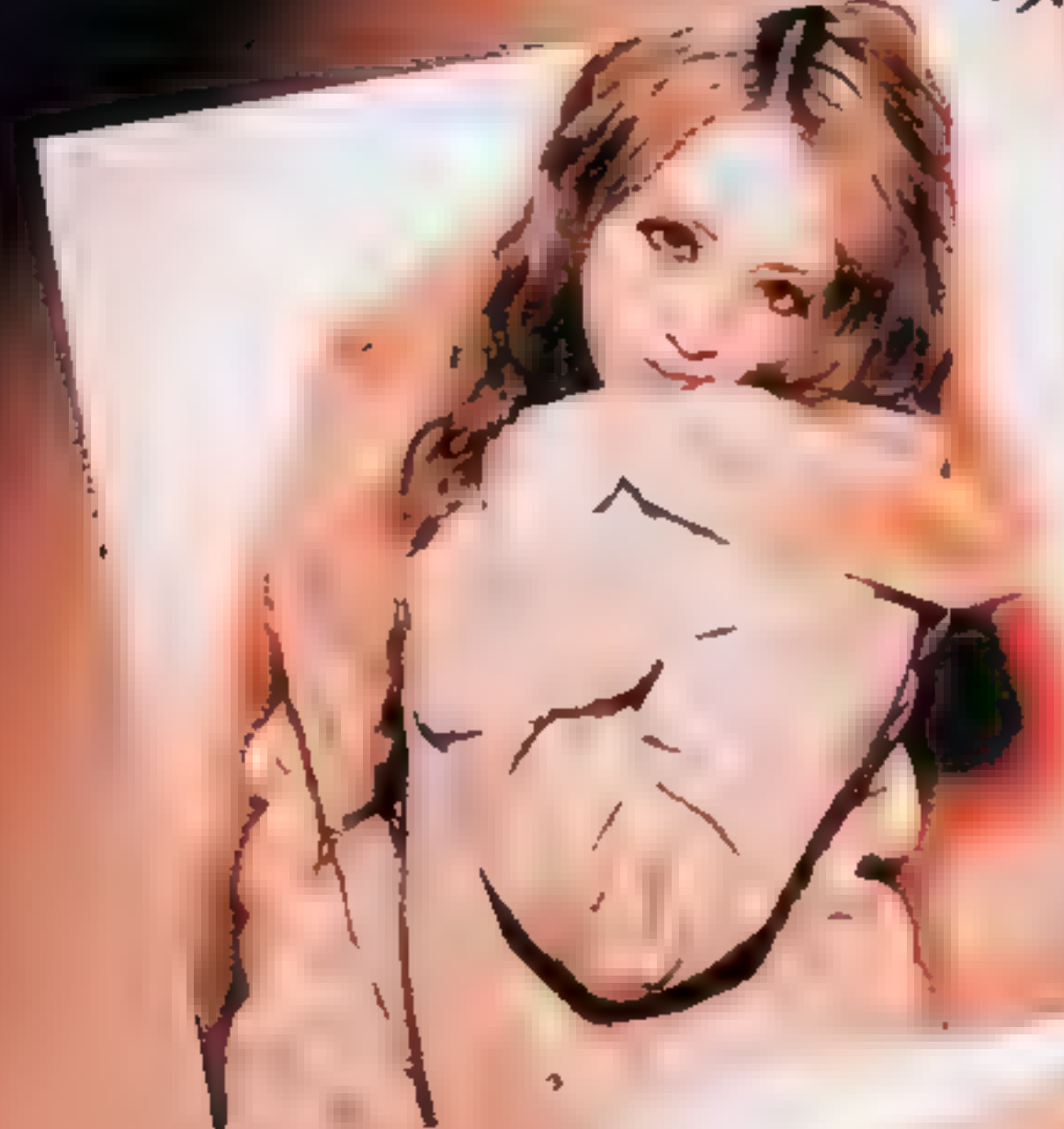
ゴージャスで色っぽくてかわいい、女ゴコロを
神アイテム♡ 他では見つからないからこそ、
迷いすぎて、いつも「色チ買い」しちゃうダチ
友達と「色チ買い」して交換するのも流行って

PHOTO Junji Moroi (ROOSTER) HAIR&MAKE Yuko Nozaki
STYLING Mizuki Nakano MODEL Rina Sakurai,
Kanae Sugiyama EDIT&TEXT Rimi Suminaka

色チ買い #1

ぬいぐるみ
ムートンコート

ふわふわが
ぬいぐるみたい♡



フードの大きさが
かわいさUP♡

Color Variation

ページュ、パールピンク、パールグレー
の3色展開。友達と「色チ買い」して、そ
の日の気分で交換するのもいいかも♡



DaTuRa

〒100-0001 東京都千代田区有明3-15-15 [B1F] blanccloset 601
TEL 03-5561-1111 営業時間 11:00~20:00 休 日 日・月・火

ガチガチにキメたハネ上げライン ↓ ラインよりもシャドーで深みを出す!

神の声
過度な延長ラインがやめられないのはアラサーあるあるだけど、ラインよりもシャドーを丁寧に仕上げて年相応に!

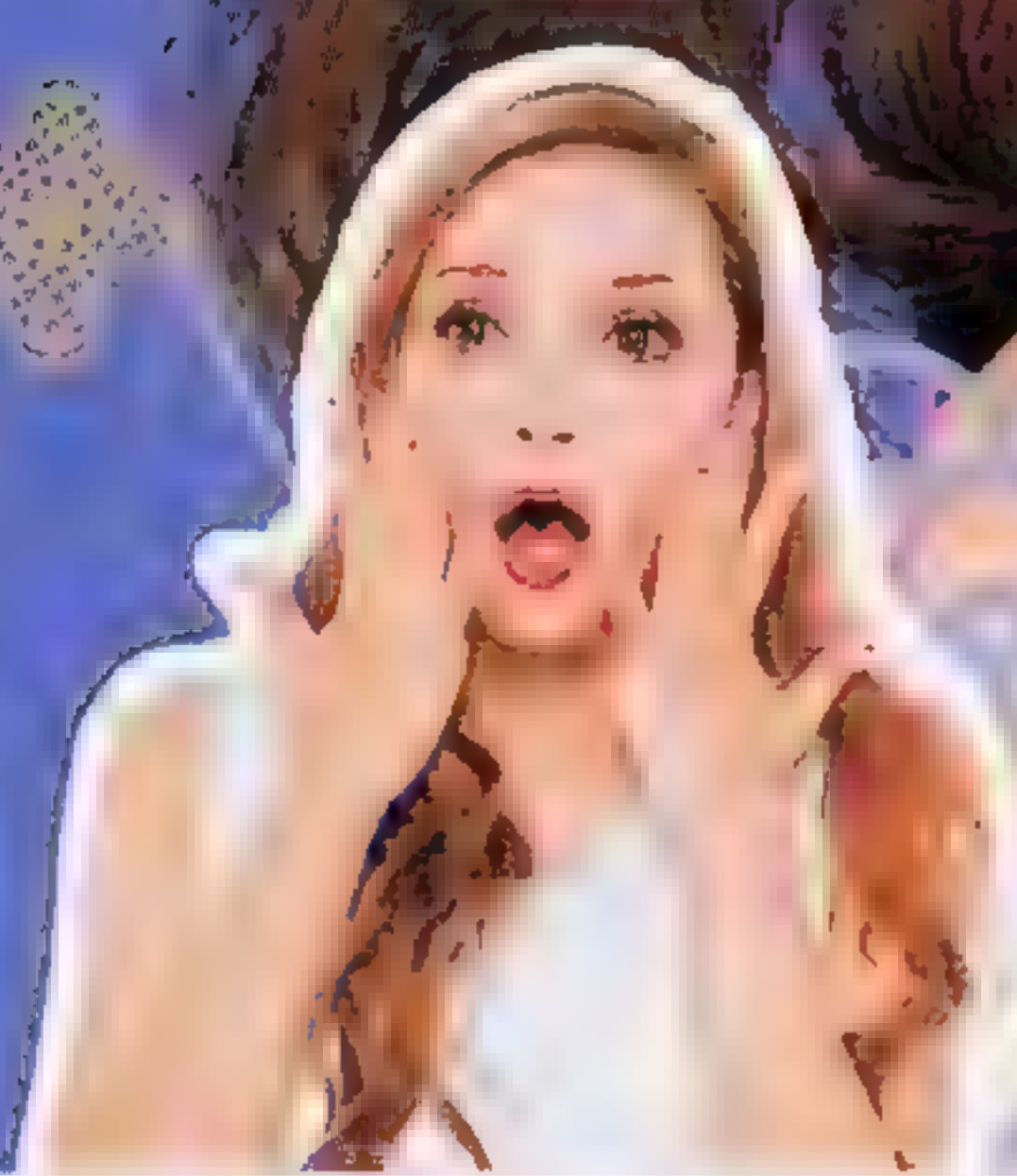


お古メイク
目尻ラインと延びた
目尻ラインが主張大

- MERIのメイクのお悩み
- キメすぎてしまってヌケ感が出せない
 - ラインが濃いせいかアイメイクがにじむ
 - ラインを薄くするとどこか物足りない!

直してみた感想

目元のメイクが自然で、アイメイクがにじむ心配もなくなった。今年流行の延長ラインにこだわってたけど、やっぱり意外とイケるって発見!



今っぽメイク

TOKYONADESHI-KONPOガ
(36歳/東京都)ハツイチ独身・子供なし
MERIさん

重要アイテム

ココア色シャドー
温かみのあるココア色は秋のトレンド。メイベリンオープンアイルズシャドウ BR-4

ブラウンライナー

↑アイラインはブラウンを使用。ダイヤモンドビューティ アイライナー スウィートブラウン

ちなみにリップ

Lip

目元のココア色に合わせてリップも今年っぽいブラウンレッドにアプデ。濃厚なカラーだけど、透け感があるグロスタ입ならケバくならない!

ちなみにまゆげ

Eye brow

元のまゆげは黄色味が強かったので、大人っぽいダークブラウンにチェンジ。さらに薄かった眉頭をしっかりと濃く描いて目と近づけたよ★

AFTER

BEFORE

アイラインは目尻でストップ!

アイラインは黒だと主張が強いので、なじみのいいブラウンで。目頭から目尻まで細く引き、まつげのスキマをしっかりと埋める!

アイホールにココア色をオン♥

シャドーの右上のココア色をブラシに取り、目のクワから上に向かってグラデになるようボカす。アイホール全体に広げてね!

眉頭に陰をつけてホリ深に★

左から2番目の色をブラシに取り、眉頭から目頭に向けてふわっと乗せる。ここに陰を入れることでグッと奥行きがアップ!

下まぶたは目尻側を濃めに

下まぶた全体にも1と同じ色を塗る。下はノーラインで仕上げるので、シャドーでしっかり色味を乗せて陰影をつけておく★

お直し「スタート」!

引き算しても盛れるテク、教えます♥

年齢を重ねれば似合うメイクが変わるのは当たり前! そこで、姉モデルに人気絶大のメイクのプロがお姉さんのお古メイクをお直し。アラサーの正解メイクを神技で引き出しました♥
PHOTO_Hiroyuki Sato
HAIR&MAKE_Yuko Nozaki
EDIT&TEXT_Akiyo Nishino

クお直し lesson!

早紀の
お直しメイク

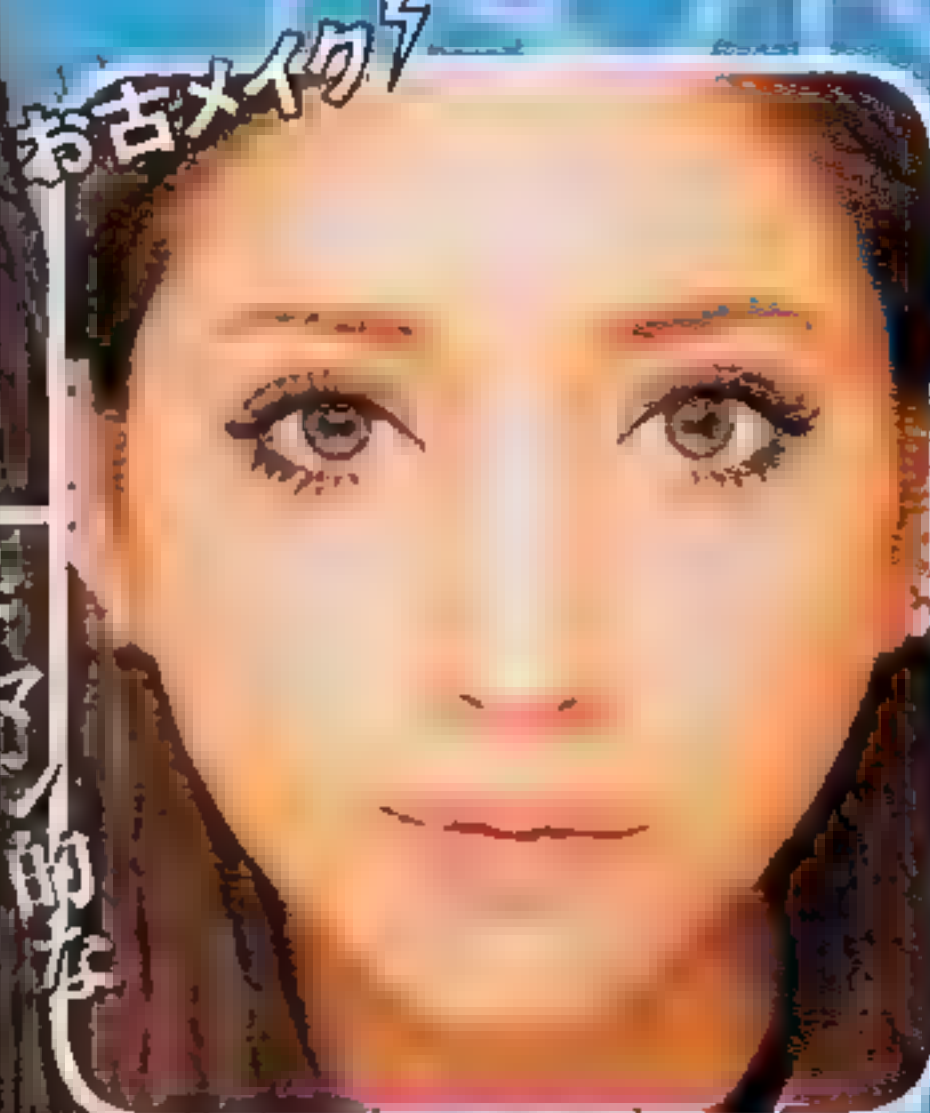
SAKI'S REPAIR MAKE

こってりビジュアル系グラデシャドー ↓ ワントーンのツヤまぶたに!

神の声
シャドーは単色塗り
がトレンド。こってり
グラデシャドーはひと
昔前の印象です。粉っ
ぽさのないツヤシャ
ドーを使えばさらに
good★



専属モデル(17歳/東京都)
既婚・子供なし
加賀美 早紀



90年代バッドメイク
塗りすぎシャドー

早紀のメイクのお悩み

- 目元をヌーディーに
したくてもできない
- 気づくとこってりシャ
ドーを塗っている
- メイクした方が老けて
見えると言われる△

重要アイテム

グラデーションシャドー
目元をホカすのに最適な漆
黒シャドー。M・A・C スモール
アイシャドウ カーボン

クリームシャドー

一掃光ハールツツヤが目元
に、ボビーブラウンロングウェ
アッシュリッパークラリ

その他のアイテム

パールベース

直してみた感想

変わりすぎてびっくり! 今までグ
ラデにしてるつもりだったけど、シャ
ドーを塗りすぎてたんだって
みたい……。メイク感って大事☆



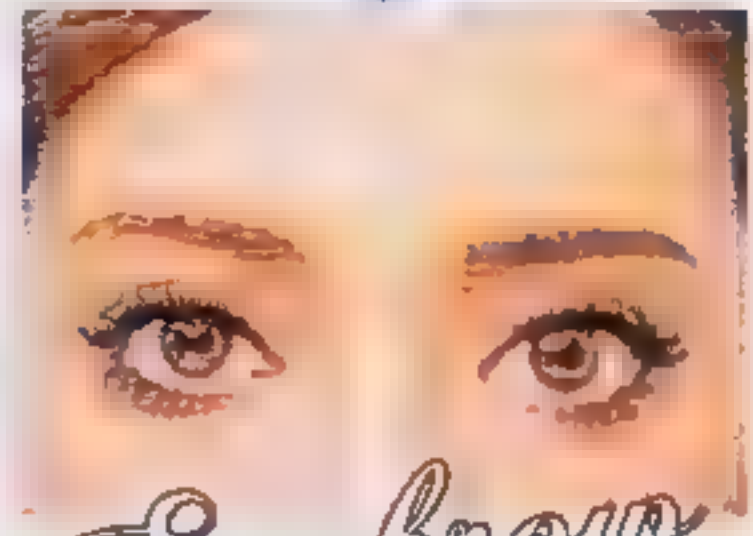
ちなみに
リップ



Lip

ヌーディーメイクを目指すあ
まり、リップまでベージュにす
ると老け顔に△ 顔色も悪く
見えてしまうので、赤味のあ
るピンクにチェンジ!

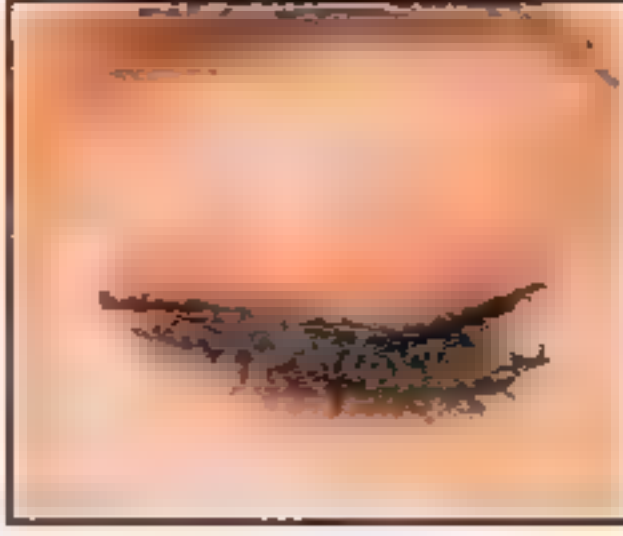
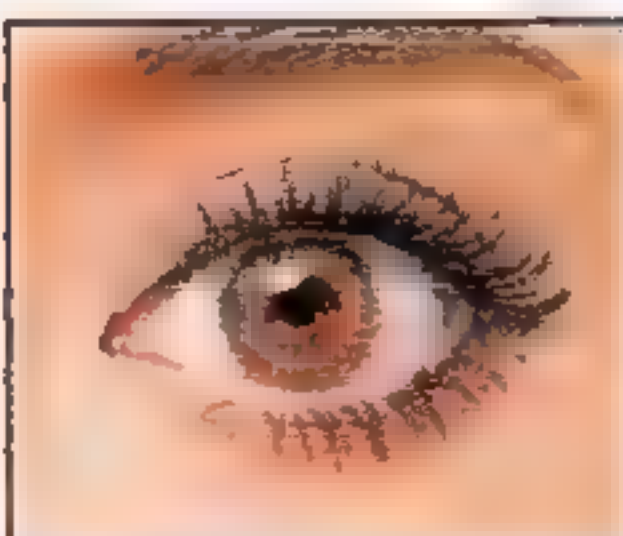
ちなみに
眉



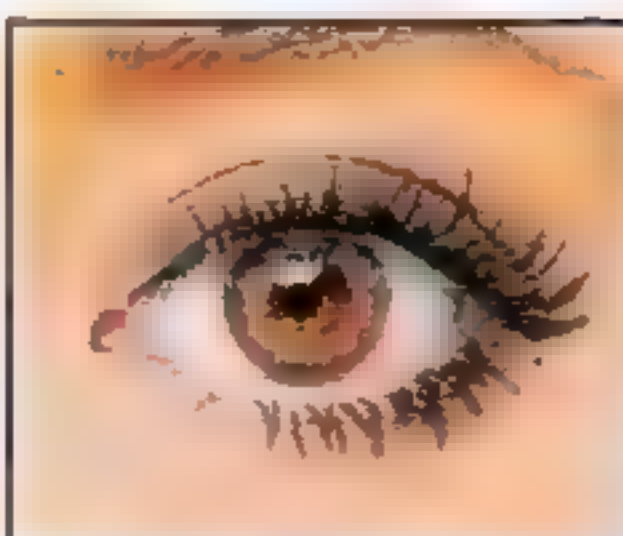
Eye brow

眉頭と眉山の角度がつきすぎ
ていたので、なだらかなる
ように太さをプラス。自分の
骨格に沿うように描いていく
と自然に仕上がります★

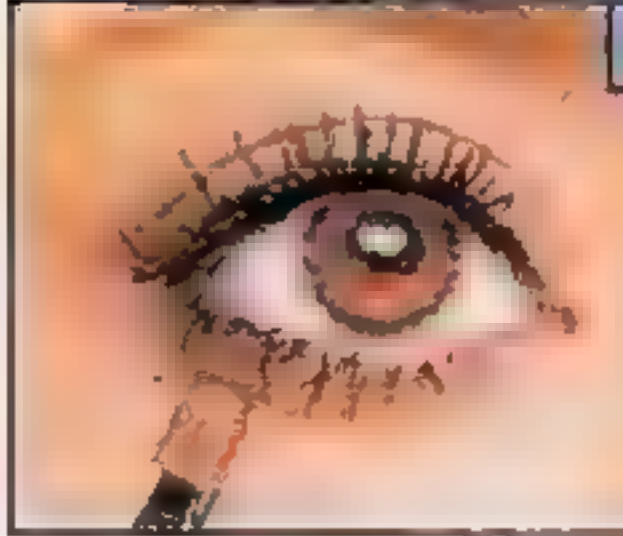
AFTER



BEFORE



下まぶたにもツヤシャドーを



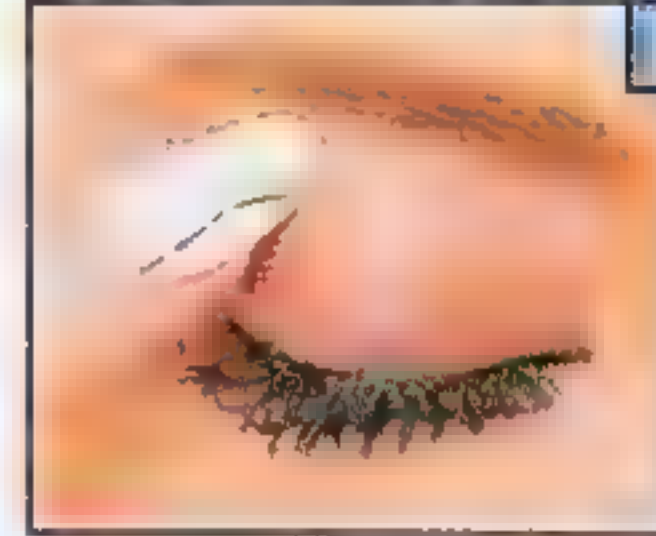
シャドーをT
まぶたにもオン。
目尻側を少し
広範囲にホカす
と、単色塗りでも目元に
奥行きが出る☆

ラインを黒シャドーでホカす★



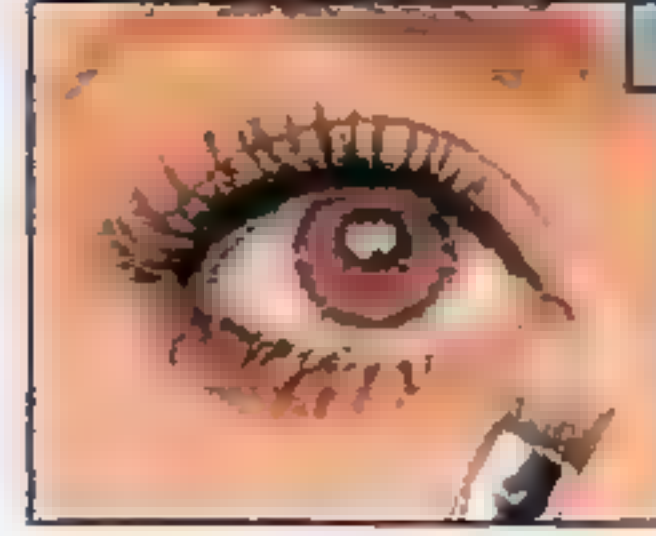
マキアリストライ
ナーでまつげのスキ
マを埋めて、M
・A・Cのシャドー
でなじませるよう
にホカす。このひと
手間が大事!

アイホールにツヤシャドーを!



ボビイのクリーム
シャドーを下から
上に向かってホカ
す。肌の透け感が
残るように、指で
ポンポンと少しづ
つ色をオン☆

ハイライトはベージュが◎!



スベキ感を出すた
めに、明るいパール
ベージュのシャ
ドーを目元にの
せて、目のハイ
ライトは古くさく
なるので絶対NG!

お直しスタート!

もうギャルは
引きずらない!

「メイク薄くすると盛れない」は思い込み!

ちよいと古メイ

神の声
ノーズが濃いとがんばってメイクしてま
す感がすごい！ 全体ではなく部分的
に陰影を仕込んで自然に見せて。

馬っぽいがつつりノーズ ↓ さりげなく シュツとした鼻に！

重要アイテム

暗めのファンデ

素肌よりワントーン暗い
ファンデ。M・A・C ミネラ
イズ サテンフィニッシュ フ
ァンデーション

アイブローパウダー

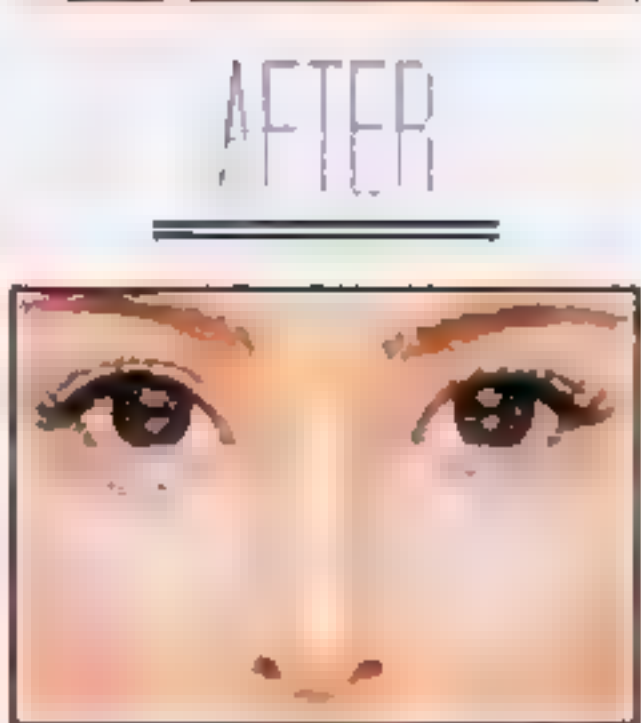
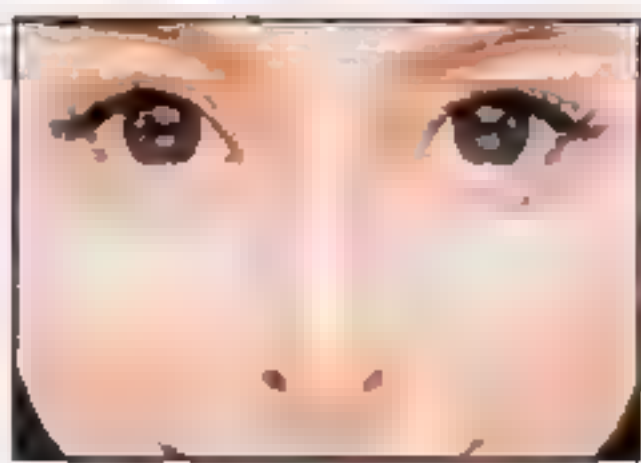
ハイライト入りのものが
◎。インテグレート ビ
ューティートリックアイ
ブロー BR631

RIRIのメイクのお悩み

- 鼻を高く見せたくて
ノーズを入れすぎる
- 丁寧にメイクすると
結果的に濃くなってる
- 元の唇の色が濃くて
口紅塗るとケバい

直してみた感想

ファンデでノーズの陰を作るテク
に驚き！ 自然に鼻筋がシュツと
してうれしい！ これなら馬扱いさ
れずにすみそう(笑)♥



リップは



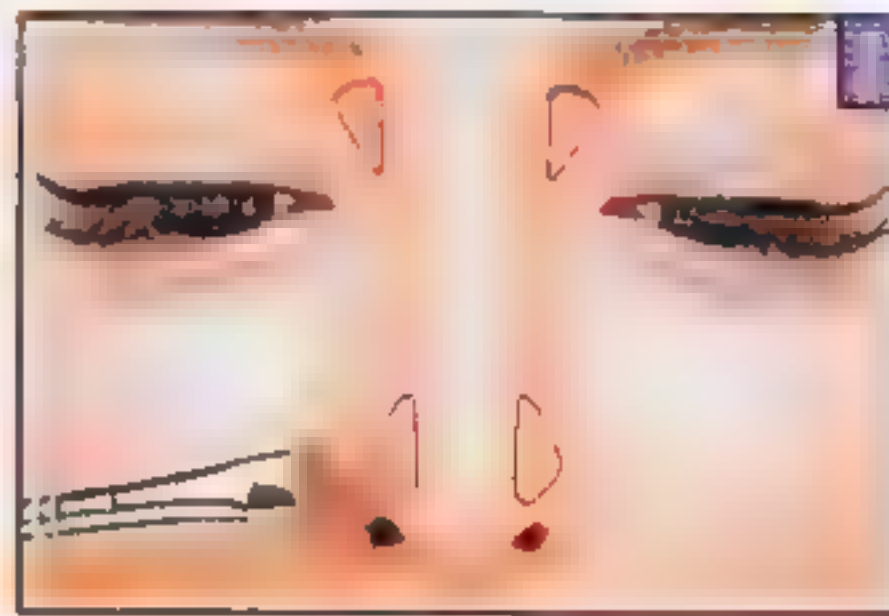
元々の唇がしっかりしてるので、グ
ラデリップにして優しい印象に。輪
郭をコンシーラーで消して、グロス
だけで仕上げます♥

ハイライトも部分的に★



一番左のハイライトは目頭の横に
サッとせまく入れる 鼻筋全体に
乗せてしまうとメリハリなくなるの
で、鼻のつけ根だけでカマン！

パウダーはピンポイントで



陰影が物足りない場合は、眉頭と
鼻先だけにアイブロー左から2番目
のページュを細く乗せる パウダ
ーはポイントで入れるだけでOK！

暗めのファンデで陰を作る



自分の肌よりワントーン暗いファン
デを、眉頭のくほみから鼻の側
面にかけてポンポンとなじませる。
自然な陰を作るプロのテク！

お直しスタート！

神の声
お肌のアラを隠そうとしてお粉が多
すぎ。ハイライトやチークをクリーム
タイプにするだけで改善されますよ！

粉っぽいパサ パサマツト肌 ↓ うるおいを感じ させるツヤ肌に！

重要アイテム

クリームハイライト

クリームタイプなので
粉っぽくならず自然なツ
ヤ感。セザンヌ ハイ
ライトスティック

クッションファンデ

みずみずしい肌にな
れる。ミシャ M クッ
ション ファンデーション
モイスチャータイプ
その他のアイテム
下地、コンシーラー、クリームチーク

綾香のメイクのお悩み

- マツト肌が好きだけど
最近パサついてきた
- 目尻&口角のファンデ
がタタにはひび割れる
- ハイライトのデカテカ
感が似合わなくなった

直してみた感想

鏡の自分を見てカバーしまくってた
けど、人との距離だとツヤが大事
って発見。まずは、お粉をバン
バンはたくのを卒業します！



リップは



リップもツヤ&透け感のあるコー
ラルピンクを使用して統一感を。指
で塗ってフチをあいまいにボカす
とヘルシーで若々しい印象に♥

チークもクリームが◎



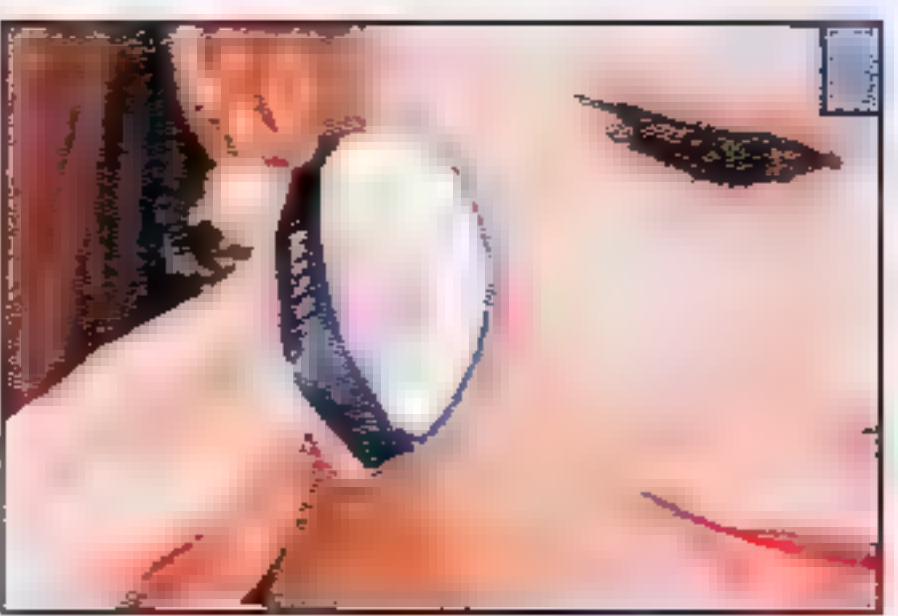
チークもクリームタイプを使うとツ
ヤ感アップ 小鼻の横から目尻
に向かってまが玉状に広げる お
粉はTゾーンのみでOK！

ハイライトを目の下に◎



クリームハイライトを目の下から頬
骨の高い部分を通して目尻の横ま
でなじませる スティックを直接乗
せず、指でたたき込んで★

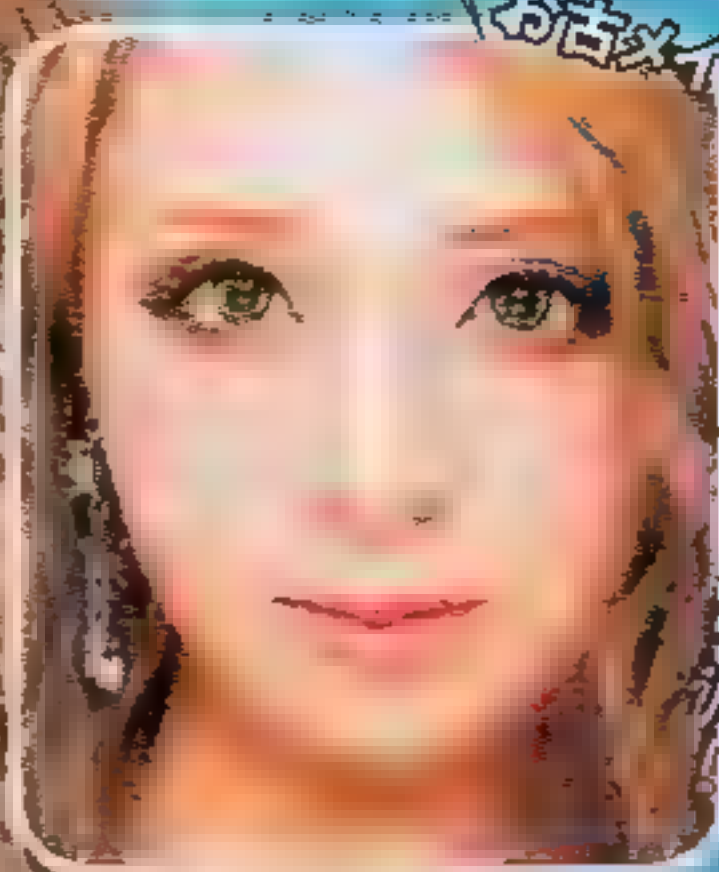
クッションファンデをオン



下地&コンシーラーで肌を整えたら
クッションファンデをスタンプす
るようになじませる。少量ずつ仲
はすのかポイント！

お直しスタート！

専属モデル(33歳/東京都)
独身・子供なし
桜井莉菜



まゆげの存在感はなるべく消したい

神の声
まゆげは顔の印象を決める重要パーツ。理想の形よりも、骨格に合わせて描いた方が全体のバランスが整います。

莉菜の
お直しメイク
RINA'S REPAIR MAKE

顔から浮いてる直線まゆげ ↓ 骨格に合わせた 中太まゆげに!

莉菜のメイクのお悩み

- まゆげを目立たせると目力が弱まる気がする
- 細まゆだとギャル感がイマイチ抜けない
- 目とまゆげはなるべく近づけたい!

重要アイテム

アイブローパウダー

→髪よりワントーン暗めがアラサー向け。ケイト デザイニングアイブロー N EX-4

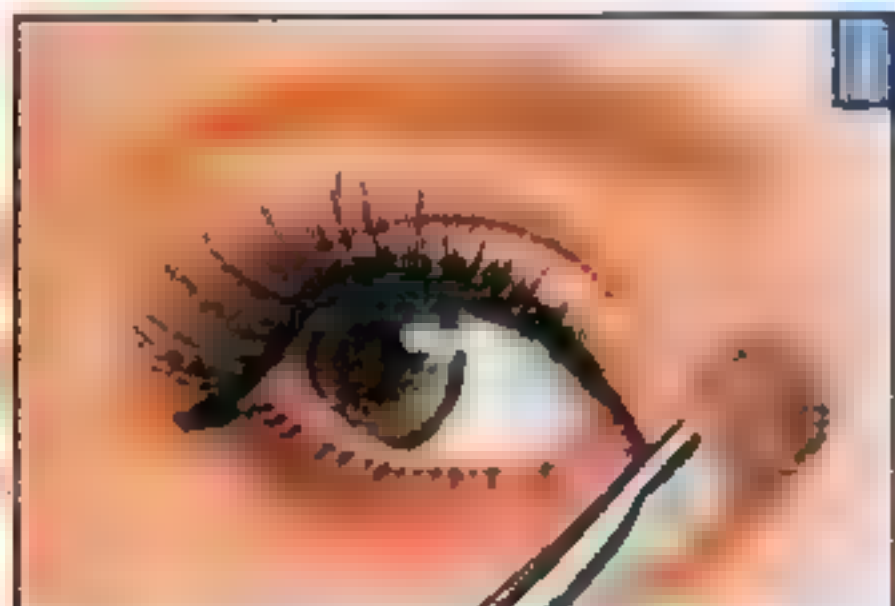


その他のアイテム
ヘアカラーに合わせたアイブローペンシル

直してみた感想

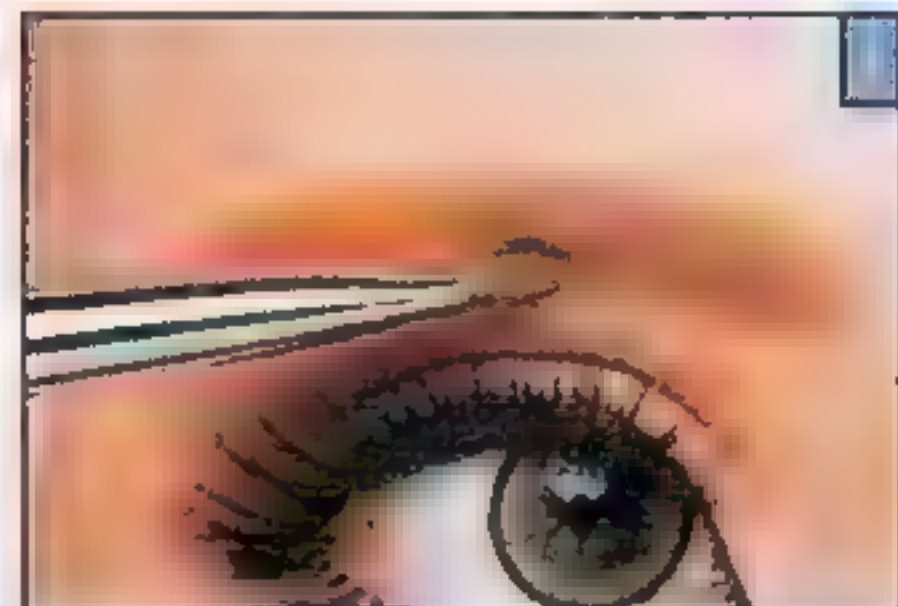
意外だったけど、まゆげがくっきりすることで目元もくっきり! しかもホリが深くなって大人っぽくなった。まゆげって大事と再確認♥

ノーズは目頭まで!



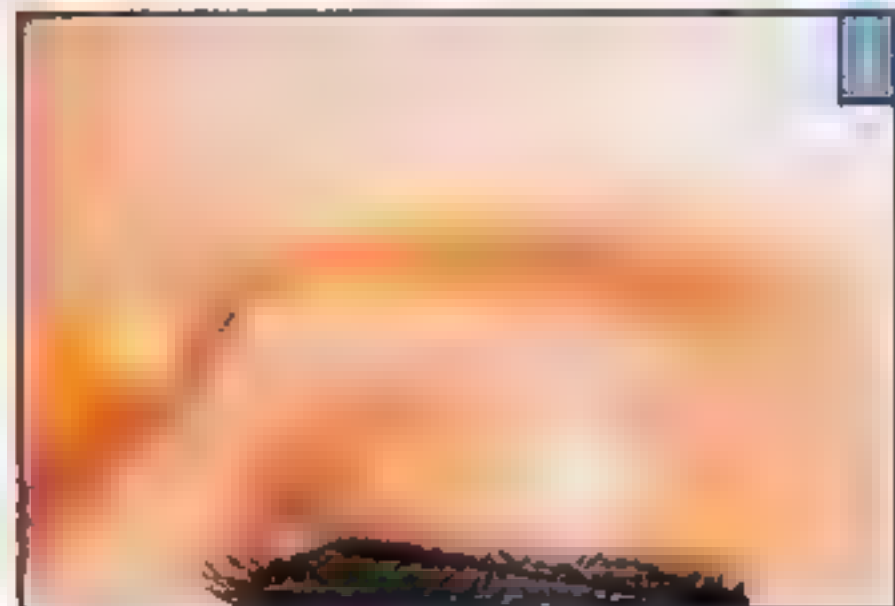
眉頭から目頭にかけが一番薄い色でノーズを入れる。目頭まで、サッと短めに入れるのがコツ。鼻先まで入れるのはやりすぎ!

眉頭からは均一な太さに



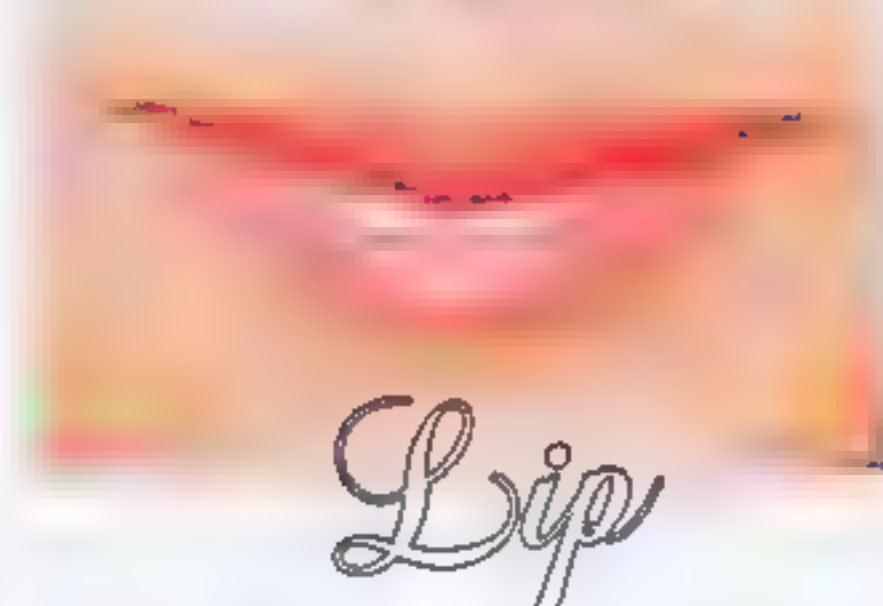
眉頭から眉山にかけてはパウダーで描いていくよ。このラインはなるべく下に太くするとホリがはっきりして自然な仕上がりに★

眉尻の細い部分はペンシル

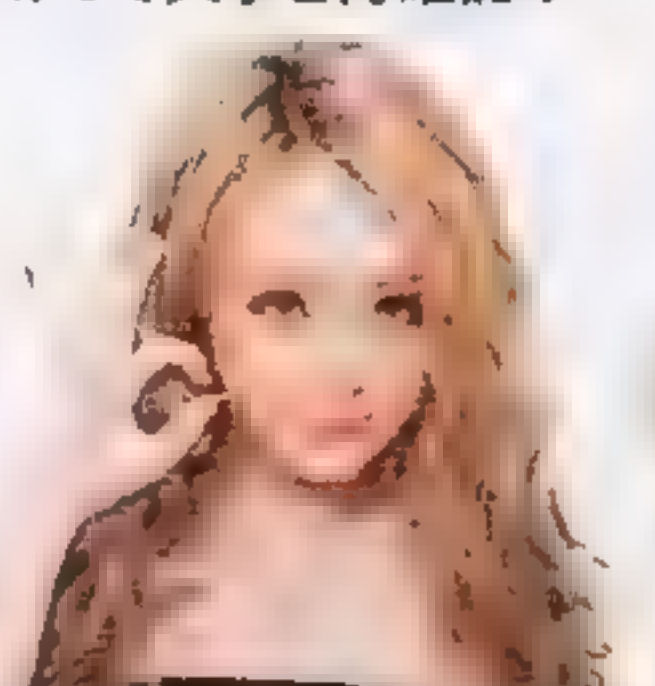
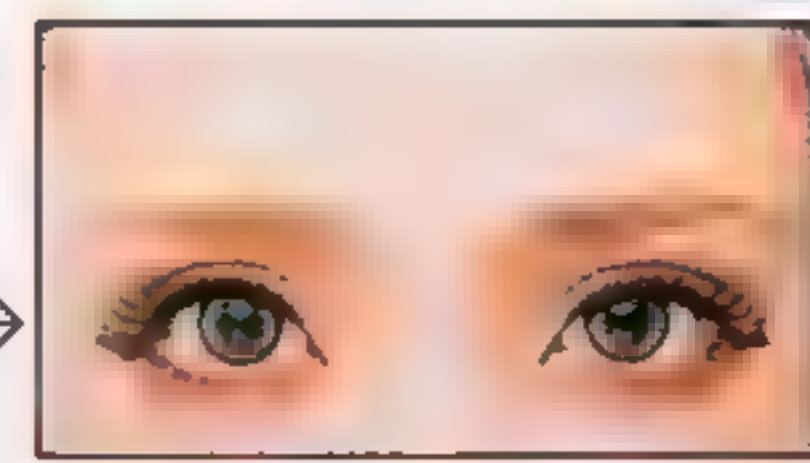
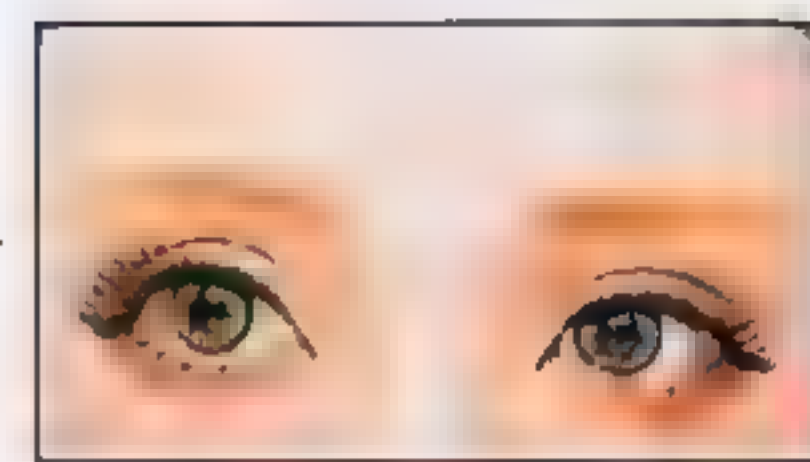


眉山から眉尻にかけてはペンシルでしっかりラインをとる。毛が多い人は暗めのペンシルを使うと、いかにも描いてる感がなくなる!

お直しスタート!



まゆげの存在感を強めたので、リップは力の抜けた優しいピンクに。もし濃い色リップをつけるならシャドーを薄くすると◎。



まぶたも涙袋も光りすぎで子供っぽく



まぶたにポンポンがそれだけで繊細

神の声
ラメは全体に塗ると昔っぽいの、光らせたい部分にだけ使うのがコツ★粒子は細かめの方が上品です。

ラメ盛りすぎ テカテカeye

濡れシャドー風 上品eye!

あいのメイクのお悩み

- ラメのキラキラがやめられない!
- 涙袋をぶつくりさせるのに試行錯誤!
- まん丸 cheeks が年齢に合わない疑惑...

重要アイテム

クリーム

シャドー

→血色をよく見せてくれるヌーディーなピンク。サナ エクセルシャイニーシャドウ N S104



直してみた感想

キラキラさせたくてとりあえずラメを盛ってたけど、部分使いの方が上品&洗練された仕上がり。華やかさもキープできるし文句なしです♥

黒目の下をキラッと!



下まぶたには、黒目の下だけに細めにオン。目のタテ幅が強調されて腫がうるうるに♥涙袋を全体的に光らせるのはお古メイク!

目尻にもポイント使い★



アイラインの延長部分にもボンと乗せる。まぶた全体に塗ってしまうと逆にラメ感が出てくるので、部分的に使った方が◎

ラメ感はず中央のみ★

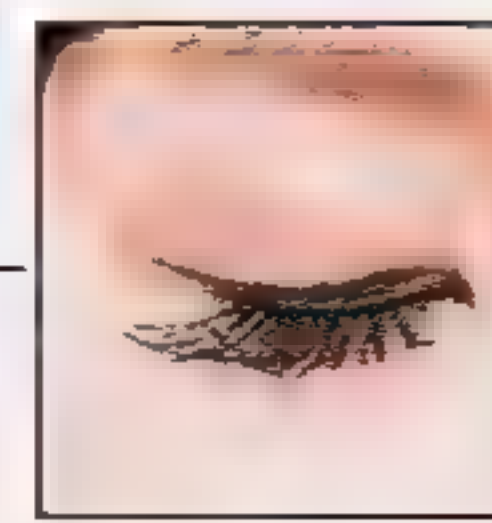
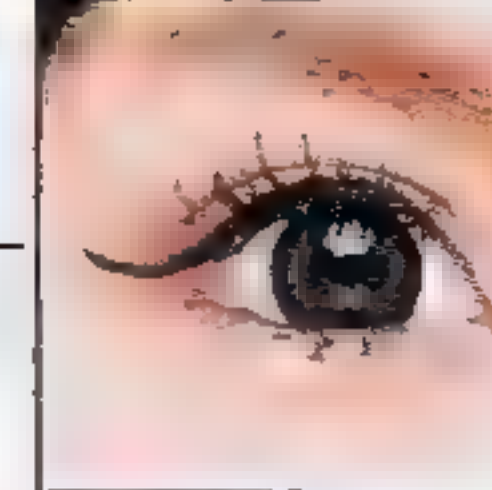
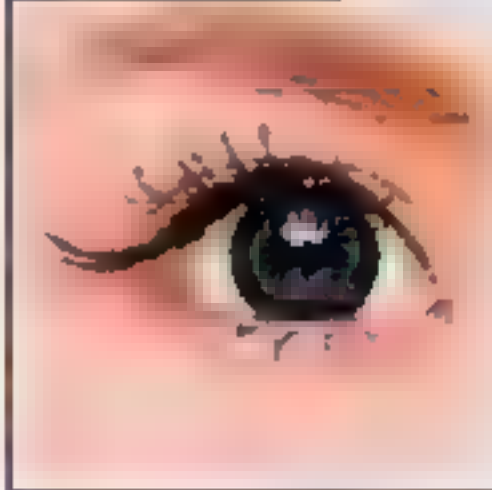


クリームシャドーを指に取り、まぶたの中央に当てる。そのまま上下にボンボンとボカし、タテに広げる。左右に広げ過ぎないで◎

お直しスタート!



目元にラメを使うならマットなチークは×。クリームチークを小鼻の横から目尻に向かって広げて自然なツヤを与えてあげて◎



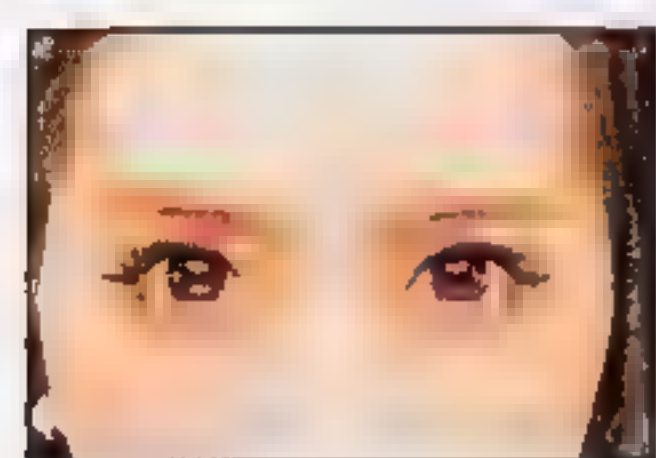
重要アイテム

アイブローパウダー

黄色っぽくないブラウンが◎。
インテグレート ビューティート
リックアイブロー BR684

その他のアイテム

ヘアカラーに合わせたアイ
ブローペンシル



男前なガッチリまゆげ➡なだらか優しげまゆげに!

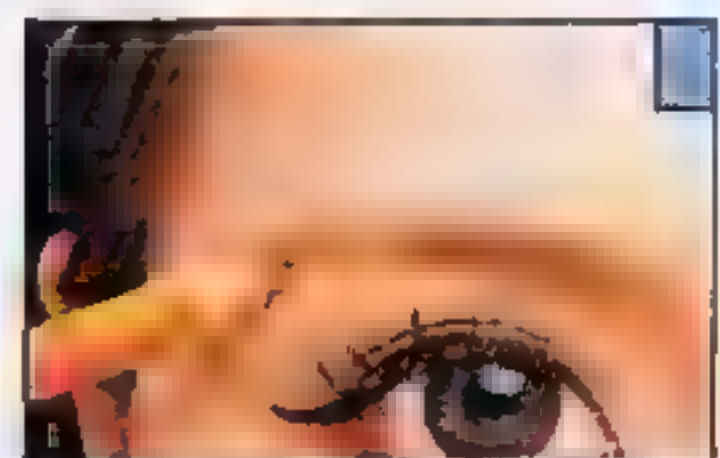
神の声
アイブローはペンシルだけだと柔らか
さが出にくいので、パウダー必須。描
く➡ボカすの動きをクセづけるべし★

祐香のメイクのお悩み

- まゆげが生えすぎて
いて重たく見える
- 左右を交互に描くうち
にだんだん太くなる
- 眉山の角度がカクツと
なっていきたい

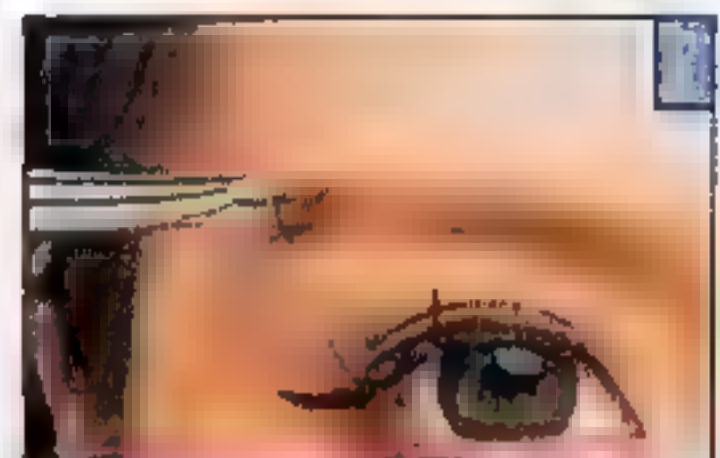
お直しスタート!

眉下はストレートめに描く!



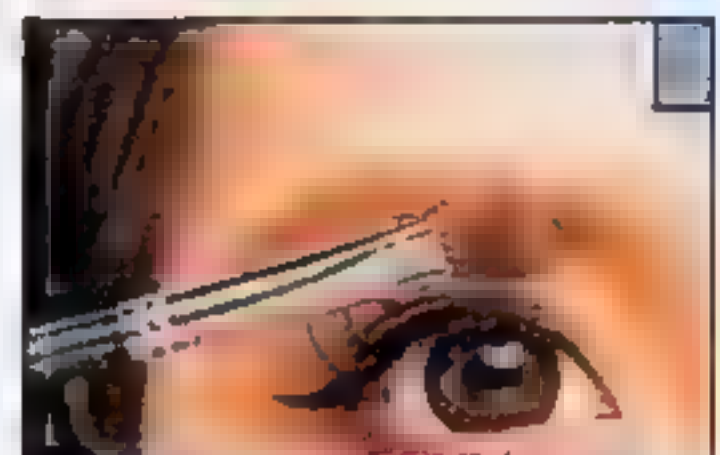
下側のカーブはペン
シルでOK。眉峰と
眉尻が同じ高さにな
るようにつないでい
く。ここはあまりカ
ーフさせないで

ボカしながら全体を埋める



パウダーで①のラ
インをボカしていく
このとき、まゆげの
上側の毛流れを崩
さないように描くの
がポイント

眉頭をあいまいにボカす!



フタンの太い方を
使って毛流れにそ
って馴染ませボカす
この部分はあまりパ
ウダーをつけない方
が自然に仕上がる



元々のまゆげが濃くて
カクツと男らしい...

直してみた感想

まゆげが柔らかくなっ
て、さっぱりとした感
がでてきた。すっくと
描いてたより、すっ
とパウダーをのせて
いく方が自然な気が
する

ふわっと輪郭をボカして
剛毛まゆげをまるやかに

ライター&TOKYONADESHI KONGOKAI
(36歳) 東京都既婚・娘1人
水野祐香さん

のっぺり能面
face

メリハリチークで-3歳!

神の声
チークがぼんやりして顔がのっぺり。
薄すぎると血色が悪く見えるし顔も膨
張するので、発色はしっかりと!



直してみた感想

チークの発色
が良くなった。顔
の輪郭がはっきり
と出てきた。これ
はマキエだ!

菜々子のメイクのお悩み

- どうすれば立体感
が出るのかわからない
- 元の肌が白すぎて顔
だけ白浮きしちゃう
- メイクでもっと輪郭
を引きしめたい!



赤味が足りなくて
不健康&むくんで見える

重要アイテム

血色チーク
オレンジがか
ったピンクの
ツヤと血色を
プラス。シャネ
ル イレールブ
ラッシュ 21

その他のアイテム

偏光パールのハイライトパウ
ダー

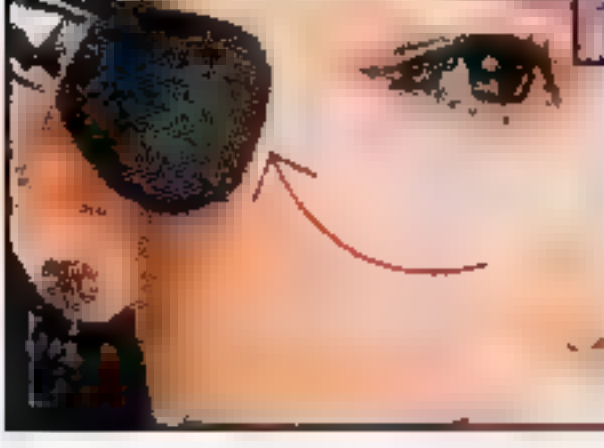
お直しスタート!

チークを扇形に広げる



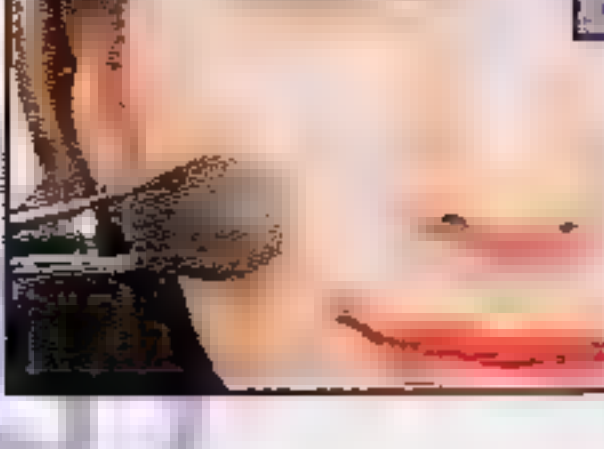
黒目の下と鼻の
くぼみにファンを
置き、色が扇形に
広がるように外側に
ブラシを動かす

フィニッシュは目尻の横!



そのまま顔を横に
ふって、目尻の横
くらいをめかけて
ブラシを動かす。こ
れで顔がきゅっと
引き上がって見え
る

ハイライトでエッジをボカす



チークのアウトラ
インに重ねるように
上下にハイライトを
重ねると立体感が
出て、肌をキレイに
見せる効果あり

歌舞伎みたいな
囲みライン

シャドーでボカしラインに!

神の声
元の目が丸くてかわいいのに、囲みラ
インのせいで切れ長に見えちゃって残
念! 下目尻を軽くしましょう

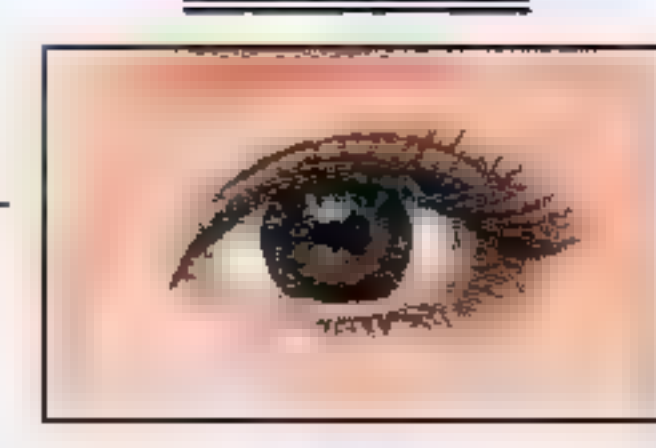


直してみた感想

目のラインが
きれいになった。
初対面の人から
「目がきれい」な
らう

みどりのメイクのお悩み

- 盛れなくなるのが不安
で目を囲んでしまう
- 立体感を出したくて
塗りすぎてしまう
- ツリ目だからアイラ
インの角度に悩む!



性格悪そうに見える
と言われても薄くできない!

重要アイテム

ブラウンシャドー
エモダ コス
メティクス
アイカラー
メープル

その他のアイテム

黒のリキッドライナー、黒
シャドー

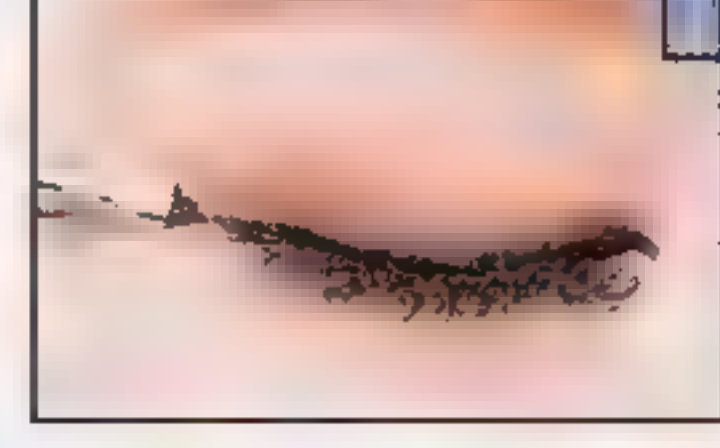
お直しスタート!

目尻の延長ラインは平行に



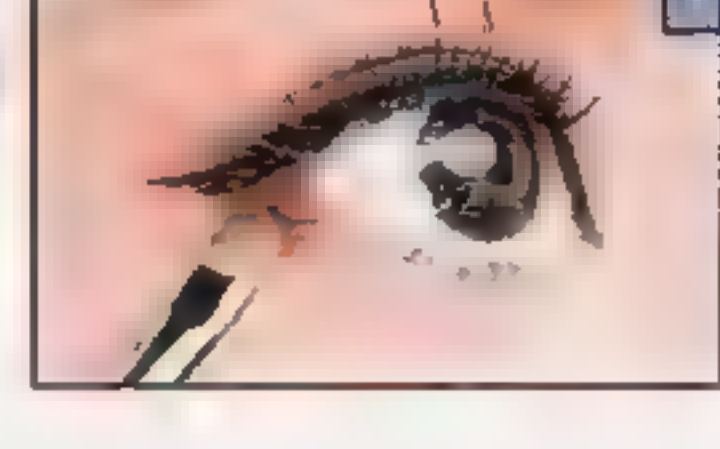
目の下から目尻ま
で平行にラインを引
き、延長ラインはス
ッと平行に。裏側
に引くのが大事!

ラインは必ずボカすこと!



マツ毛の生え方
で1のラインをボ
カす。ラインを上か
らなそうようにボカ
し、あまり太さは広
げないで★

目尻はブラウンで陰影をオン



下ラインはオフ、
ブラウンシャドーで
目の下につける。こ
れで目元を強調し
つつ、ツリ目を隠
せる

FACE AWARD 2014
(32歳) 東京都独身・子供なし
山崎みどりさん

ユウキの
お直しメイク

YUKI'S REPAIR MAKE

ヌーデネーすぎ
シャドー

陰影を仕込んで立体的に!

神の声
ページ系シャドーは女性らしくて上品だけど、薄くなりすぎないように注意が必要。一歩間違えるとすっぴんに☆

切れ込みすぎ
ライン

目尻だけちょい延長!

神の声
目頭や目尻のやりすぎ延長ラインはギャル化の原因。アラサーになったらラインは目の形に合わせるのが鉄則!

エンジェル
お直しメイク

ANGEL'S REPAIR MAKE



39歳 美容家
矢野ユウキさん

直してみた感想

シャドーを変えただけでのっぺり顔にホリが生まれて、女性らしさもアップ♡色がつけばいいと思って適当に塗ってた自分を反省...

ユウキのメイクのお悩み

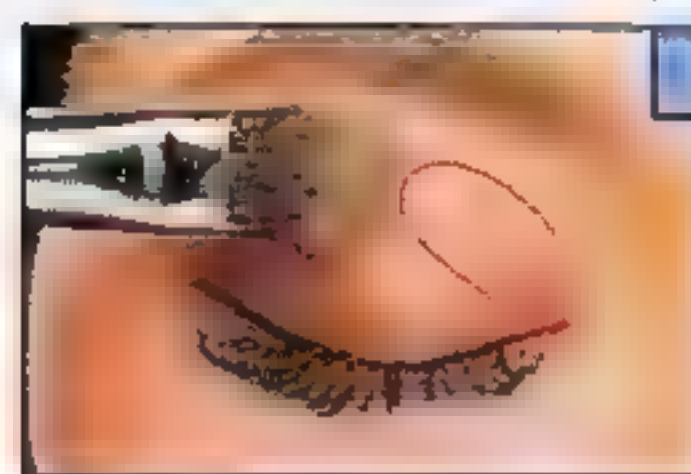
お直しスタート!!

ページジュをアイホールに★



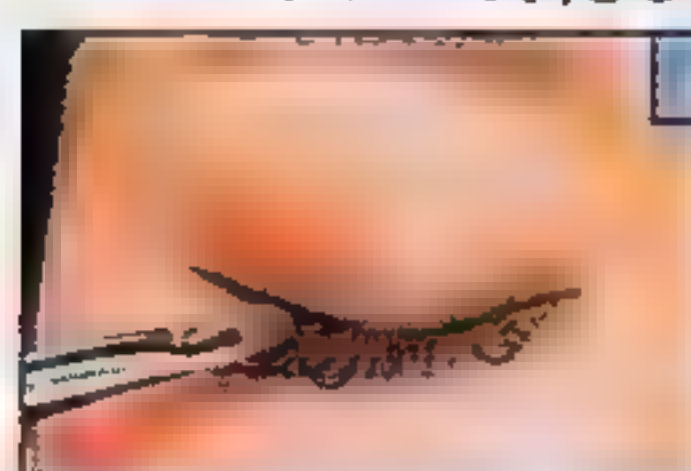
左から2番目の色をアイホール全体に塗ってベースにする。ブラシを左右に動かしてふわっと色をのせてね!

目頭をボカしてホリ強化!



目頭から中央にかけて、まぶたのくぼみに合わせて一番左の色を重ねて、1で塗った目頭をボカしてね!

ダークブラウンで引き締め!

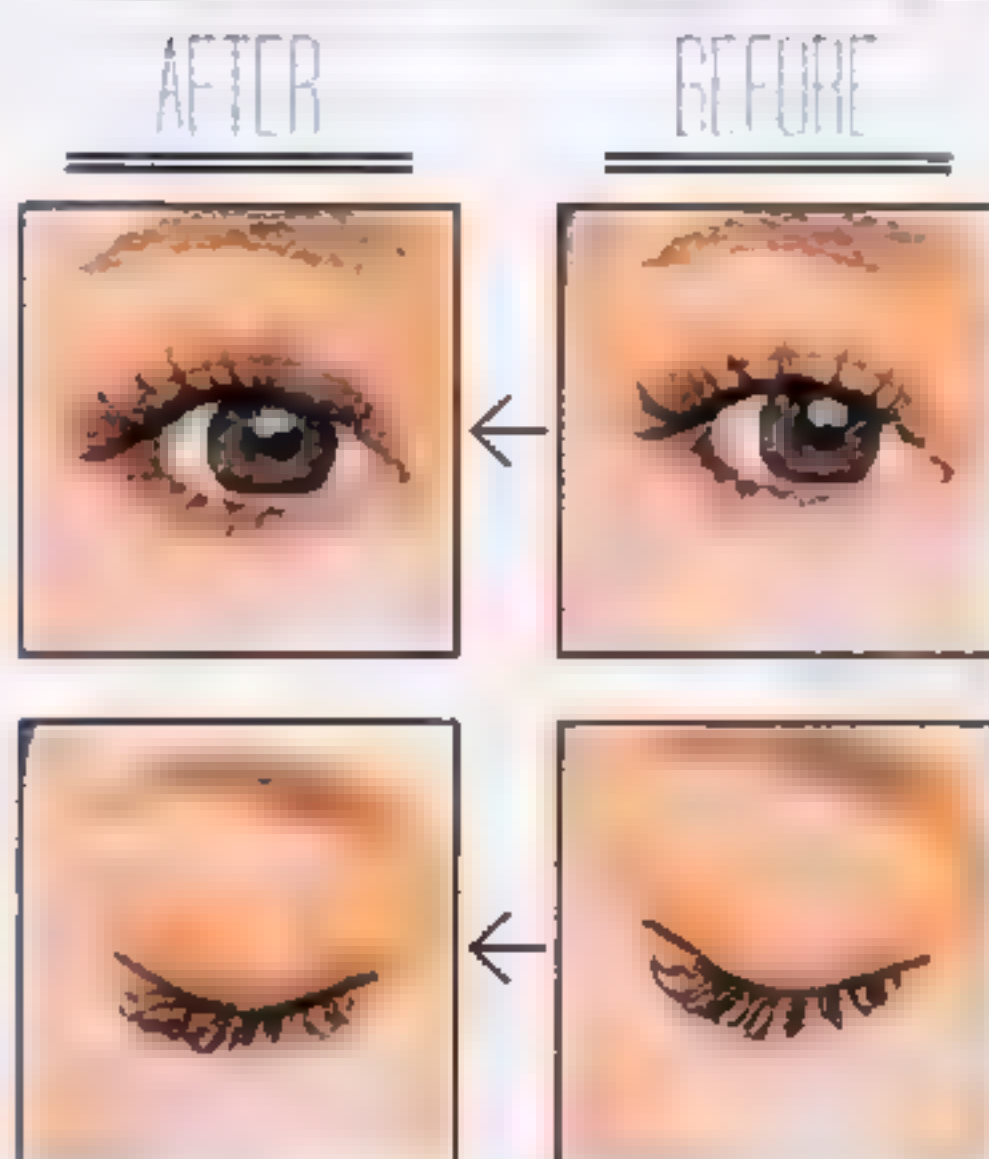


一番右のクレーを目のキワに細く塗る。ちょんちょんと色を乗せる感じで塗ると、色がベタッと広からないよ!

- シャドーパレットを使いこなせない!
- 童顔なので濃いシャドーが似合わない
- ホリが足りなくてTHE日本人顔



無色すぎてまぶたがむくんで見える!



重要アイテム!



ページジュシャドー
使いやすいページジュパレット。クレイド・ボーボーカラーパレット。305



39歳 美容家
エンジェルさん

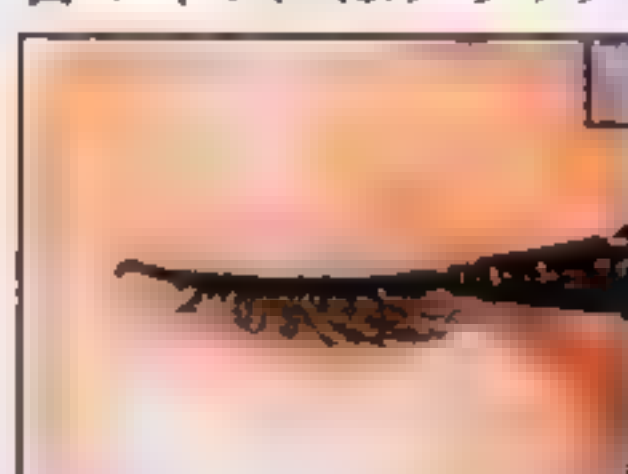
直してみた感想

ライン=絶対無!って思い込んでたけど、鼻と組み合わせればブラウンも全然アリだね!むしろ上品になれてこの方が好きかも!

エンジェルのメイクのお悩み

お直しスタート!!

目のキワにはブラックライン



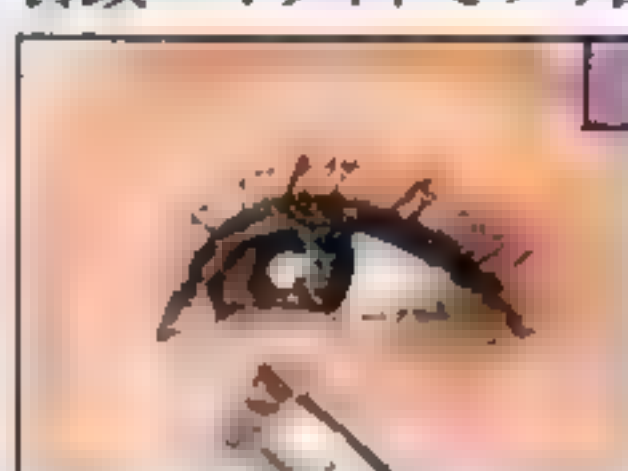
最初に黒のリキトライナーで目のキワに細めにラインを引く。目頭と目尻は延長せず、ピタッと止めて★

延長ラインはブラウンで☆



ブラウンライナーで目尻の延長部分を描き足す。ツリ目の人はここを少しだけ下げると優しい印象になれるよ♡

目頭ハイライトでツリ目解消



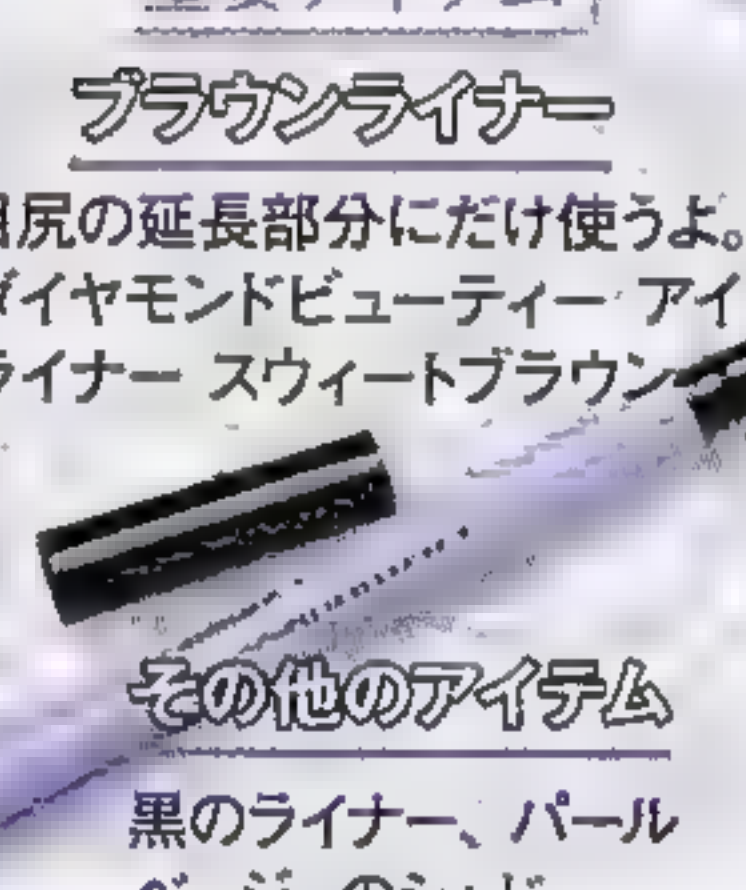
目頭の下側だけにパールページのハイライトをオン。目尻より目頭に視線を集めて、ツリ目をこまかく作戦!

- ツリ目がイヤで目尻は絶対タレ目ライン
- アイメイクのアップデートができない
- 本当はもっと上品&大人っぽになりたい



目頭も目尻も黒ラインでがっつり切開!

重要アイテム!



ブラウンライナー
目尻の延長部分にだけ使う。ダイヤモンドビューティーアイライナー スウィートブラウン

その他のアイテム

黒のライナー、パールページのシャドー

ベルバラみたいな束々まつげ ➡ 繊細つけまでふたえくっきり!

美和子
お直しメイク

MIWAKO'S REPAIR MAKE



34歳 美容家
木村美和子先生

直してみた感想

束々まつげって、つけまつげでつけました。でも、束々まつげを薄くした方が目の印象が強まるなと気づきました。

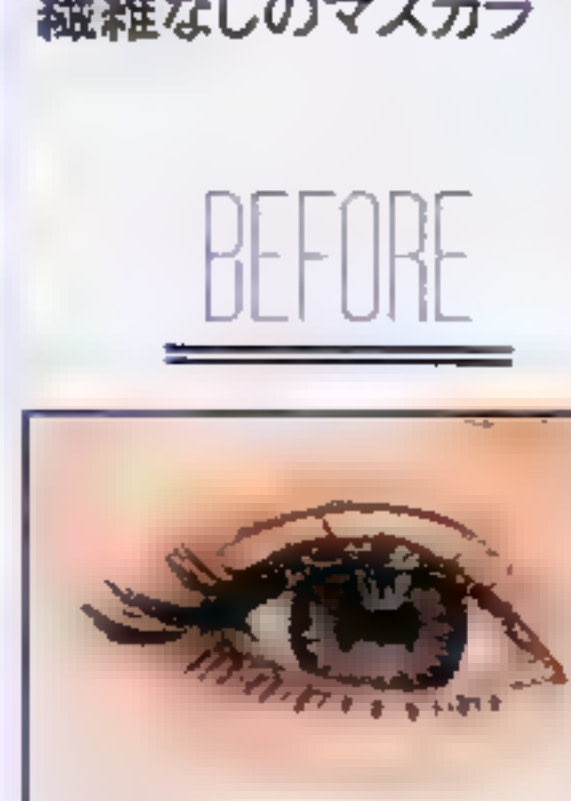
重要アイテム!

繊細つけまつ

ナチュラルで、まぶたが透けるデザインが♡♡ ダイヤモンドラッシュ ユリウス eye

その他のアイテム

繊維なしのマスカラ



美和子先生のメイクのお悩み

- いつまでたってもギャル感が抜けない
- 全体的にキメすぎてしまっていて抜けない
- 濃いメイクから大人かわいい系に変えたい!

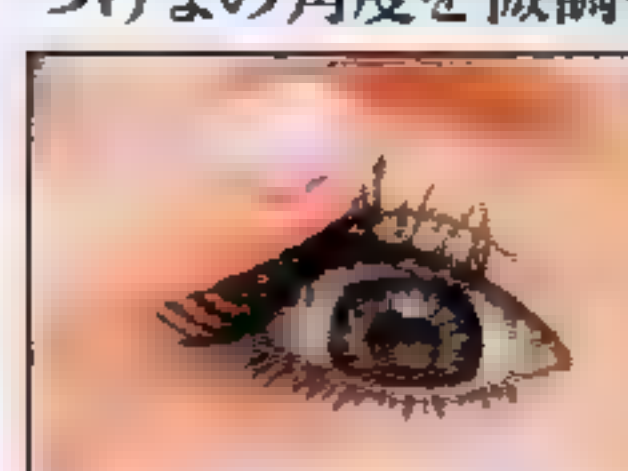
お直しスタート!!

毛束が薄めのつけまをオン



まつエクの毛束をコームで丁寧にとかし、つけまを装着。目頭を空けて、目尻を少しだけ延長させてつけてね★

つけまの角度を微調整★



ノリが乾く前に指でつけまをグッと押し上げて、角度を上向きに調整するよ! これで目元がぱっちりする。

毛先だけにマスカラを!



まつエクしてる人は、なじみをよくするためにマスカラを軽めにオン。まつげの上からなでるように毛先だけに塗る。

朝食代わりに食べるだけだから楽ちん&カンタン★
乳酸菌たっぷりのヨーグルト風味ゼリーで愛されボディに♡

ラ・クレンズで楽～に始める

朝だけファステイング生活♡

「ファステイング(断食)を試したいけど、本格的なやり方はツラくてムリ!!」という人にオススメしたいのが「ラ・クレンズ」★ 朝食食べるだけだからカンタン&おいしく楽しくスッキリできる、商品の魅力をレポート♡

PHOTO_Nobuyuki Sasaki HAIR_Chiharu Koya EDIT&TEXT_Hironeko-A THANKS_UTSUWA

※クレジットのないものはすべてモデル私物です。

カンタンなのに体がスッキリすると話題の
朝ファステイングとは?

朝食をプチ断食するだけの美容&健康法♡

昼や夜は

外食orコンビニ食でもOK

仕事や遊びが忙しい人でも超カンタン!
だから、

ダイエットや

体質改善にも

役立つと、

健康的な美しさに

こだわる

お姉さんたちの間で

注目を集めています☆

専属モデル(33歳/東京都)
独身・子供なし
桜井莉菜

専属モデル(33歳/東京都)
独身・息子1人
早川沙世

そんな朝ファス初心者さんに

オススメなのが**ラ・クレンズ**♡

完全に食事を抜くのではなく、栄養価の高い物を少しだけ食べてムリなく行うのがオススメの朝ファスのやり方★ 乳酸菌やアミノ酸といった栄養素を手軽に摂ることができるラ・クレンズなら、初心者さんでもカンタンに朝ファスを習慣づけることができるんです♡

(沙世)もこもこニットオールインワン¥7,500、(莉菜)ニットオールインワン¥7,500/ともにラヴィジュアルルミネエスト新宿店



朝ファスに/ ラ・クレンズがオススメな理由

その1 乳酸菌が約1400億個も入ってる!!

乳製品は動物性脂質やたんぱく質が多いのでファスティングには不向き。ラ・クレンズなら必要な乳酸菌だけを効率よく補うことができます。

その2 ダイエットをサポートする α-リポ酸とBCAAを配合!

スポーツなどで体を動かす時にも必要な成分。食事量を減らすことでエネルギーが不足しがちなファスティング中でも普段通り元気に過ごせます。

その3 1本で1食分のビタミンと β-カロテンが摂れる!

1日に必要な栄養素をサポートしてくれるから美容や健康維持にも便利★胃腸に負担をかけずに栄養が摂れるのでファスティングの効率もUP!

ラ・クレンズで“朝ファス”を成功させるコツ

2. とにかく よく噛んで食べる

昼夜の食事に取り入れたい工夫その②。食べ物の消化が良くなるだけでなく、食事の満足感も増すのでドカ食い予防にも効果的。

1. 「ベジファースト」を 意識して食事を摂る

昼夜の食事に取り入れたい工夫その①。「ベジファースト」とは野菜から先に食べる習慣をつけること。ダイエット効率もUP!

3. 慣れないうちは 果物を組み合わせても◎

甘い物をよく食べる人にオススメ★ 少量の果物で糖質を摂ることで、ファスティング中のストレスを軽減!

最大のポイントは 乳酸菌の多さ

EG-12をはじめとした様々な乳酸菌がぎゅっ! 成分をしっかり届け、ファスティングのスッキリ感をサポートしてくれます。

1本に
ギュッ♥

FASTING SUPPORT
LA
CLEANSE

メイクルームで 撮影前、ちゅるっと“朝ファス”★

持ち歩きやすいから忙しい朝にピッタリ♪ 食べ過ぎた翌日でも罪悪感なく過ごせる♥

メイクポーチに
サツと入る♥

こんなお姉さんに
オススメ♥①

料理と運動が苦手で 食事はほとんど外食

カロリー&栄養バランス調整に

コンビニや外食ばかりだから、食べる物が偏りがち&ボリュームも 本格的な置き換えはムリでも、朝だけならおいしいん坊でもツラくない♪ 栄養もきちんと摂れて健康的♥

外食時の
メニュー選びの
参考にもなる!

わかりやすい ファスティング&レシピBOOKが ついてくるから心強い♥

らくらく定期コースに申し込んだ場合の特典♪ 朝ファスティングの詳しいやり方や、管理栄養士さん監修のレシピが載ってるよ♥

こんなお姉さんに
オススメ♥②

仕事や育児などで 生活や食事の時間が 不規則になりがち

中途半端な時間の空腹対策に♥

朝以外は超不規則! 昼食のタイミングを逃して間食が増えたり、夕食を食べ過ぎちゃうことも! ラ・クレンズで小腹を満たすようにしたら、過食が解消して体もスッキリ♪

間食の代わりや
栄養補給にも♪

沙世は 仕事の合間に ちゅるんと小腹を チャージ♥

お昼を食べ損ねたのにもうすぐ夕食...という時に1本! カロリーの摂り過ぎを防げる★

今「らくらく定期コース」を申し込むと

初回980円

送料無料

★Instagram★ @la_cleanse_official

お申し込み お問い合わせは

ラ・クレンズ

を検索!



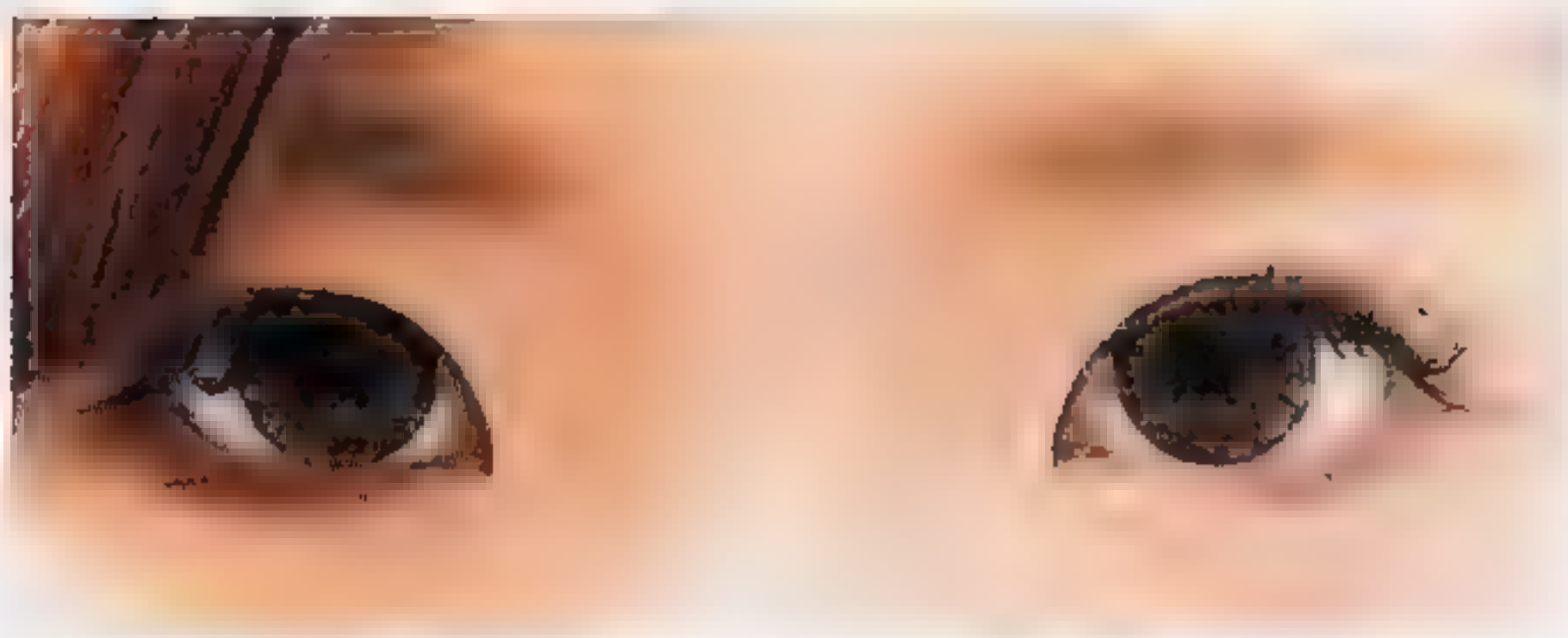
見たための9割は 目

で決まる。

姉ageha編集部イチオシ
メディカルプラスクリニックの
おすすめPoint

1
目元の悩みに強い! 丁寧なカウンセリングで
一人ひとりに合った美人目を提案してくれる

Sample>3



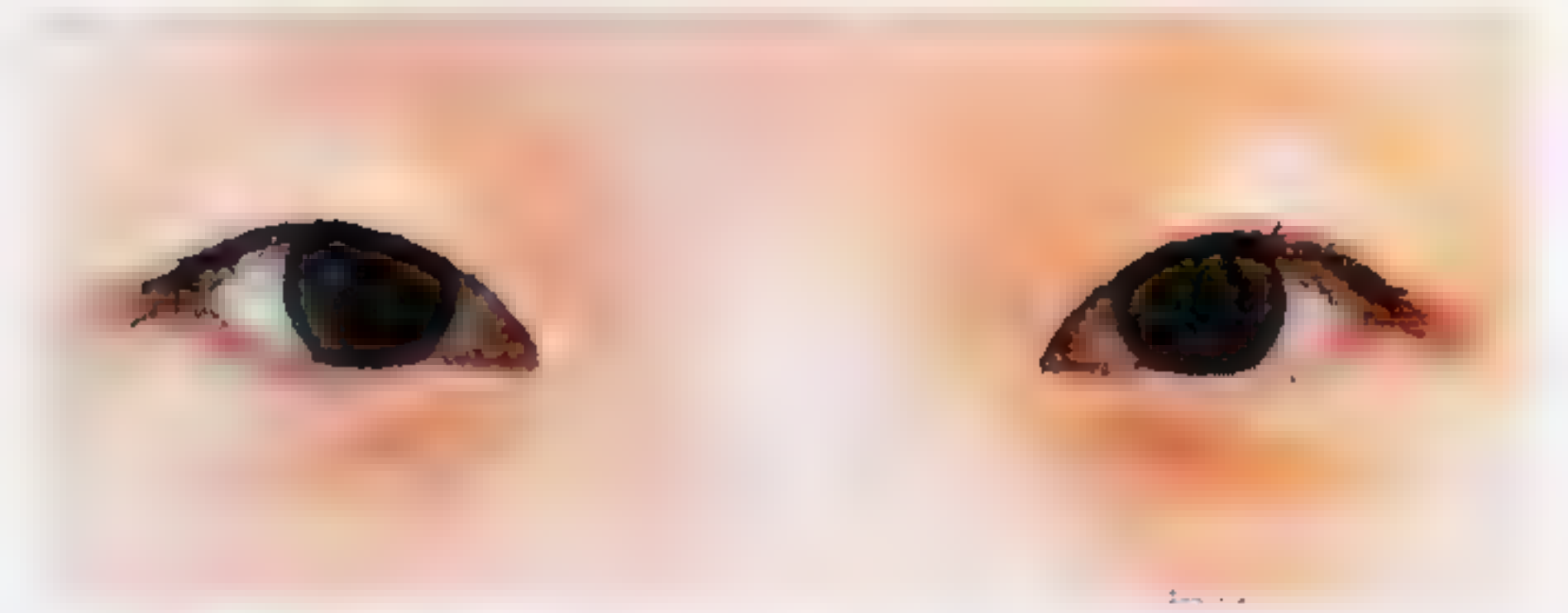
小粒で平らな目元

Sample>2



印象の薄い平行目

Sample>1



一重で重い印象のまぶた



涙袋形成でカワイイ目元に



主張の強い甘まる目に



ホリ深で美人な二重に

アーモンドアイ(ボトックス注射) ¥10,800※ ヒアルロン酸注入 涙袋 ¥27,000※

二重埋没法(両目) ¥108,000※

※表記の価格は税込

姉ageha 4
読者特典
初診料が無料!

丁寧なカウンセリングで不安
がなくなるまで相談できます。



美容に 3
特化した
先生だから
安心保証

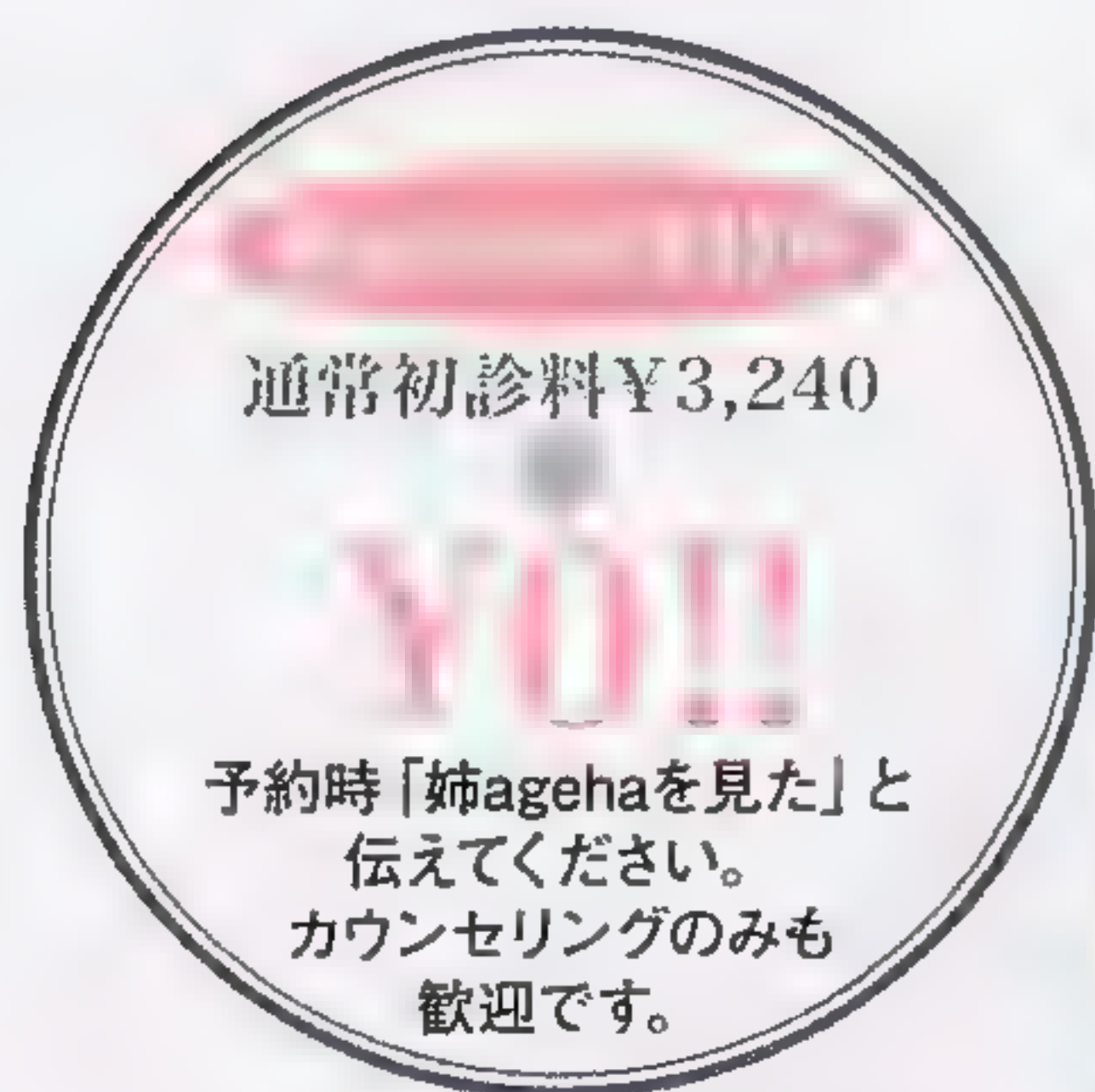
林和弘院長は北里大学
で形成外科・美容外科
の講師を務めた経歴を持
ち、一定以上の経験と厳
しい審査をパスした医師
のみに与えられる、日本美
容外科学会専門医の資
格を保有。芸能人の施術
実績も多数。



2
オシャレで
清潔感のある院内。
居心地の良さも抜群



高級感があって広々
とした院内はホッと
できる空間。施術前
の緊張もほぐれます。



通常初診料¥3,240

予約時「姉agehaを見た」と
伝えてください。
カウンセリングのみも
歓迎です。

有効期限: 2016年12月末日

メディカルプラスクリニック新宿 (美容皮膚科・美容外科・ダイエット)

medICAL

東京都渋谷区代々木2-7-8

TEL 03-5354-6381

新宿駅南口より
徒歩1分

ご予約に相談は今すぐお気軽にどうぞ

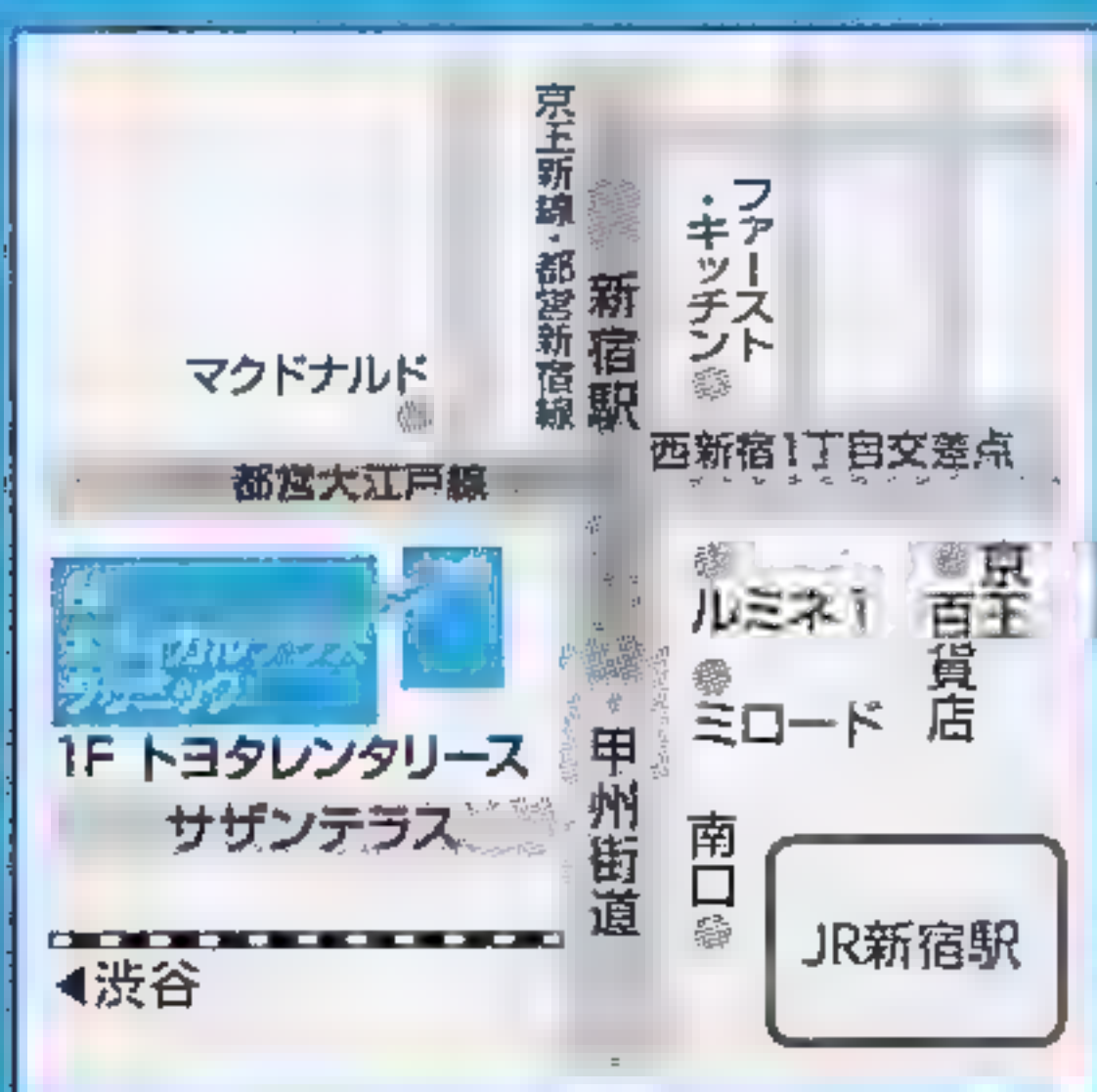
TEL 03-5354-6381

【診療時間】10:00-13:00, 14:30-19:00

<予約制・電話受付も同時案内。WEB予約は24時間受付>

メディカルプラス

medical plus.jp



ちょっとぐらい二の腕が太くても、太ももが立派でも...
出すとこ出して、締めるとこ締めれば、細見えするんです!

メリ
ハ
リ
バ

ボディの作り方

アラサーになるとヤセにくくなってくるし、無理にダイエットすると不健康に見える...
だから少しぽっちゃりでも、メリハリのある体でバランスを取るのがいい! そんなメリハリ
美に目覚めたお姉さんたちが、今ボディ作りのために実践していることを伝授♪

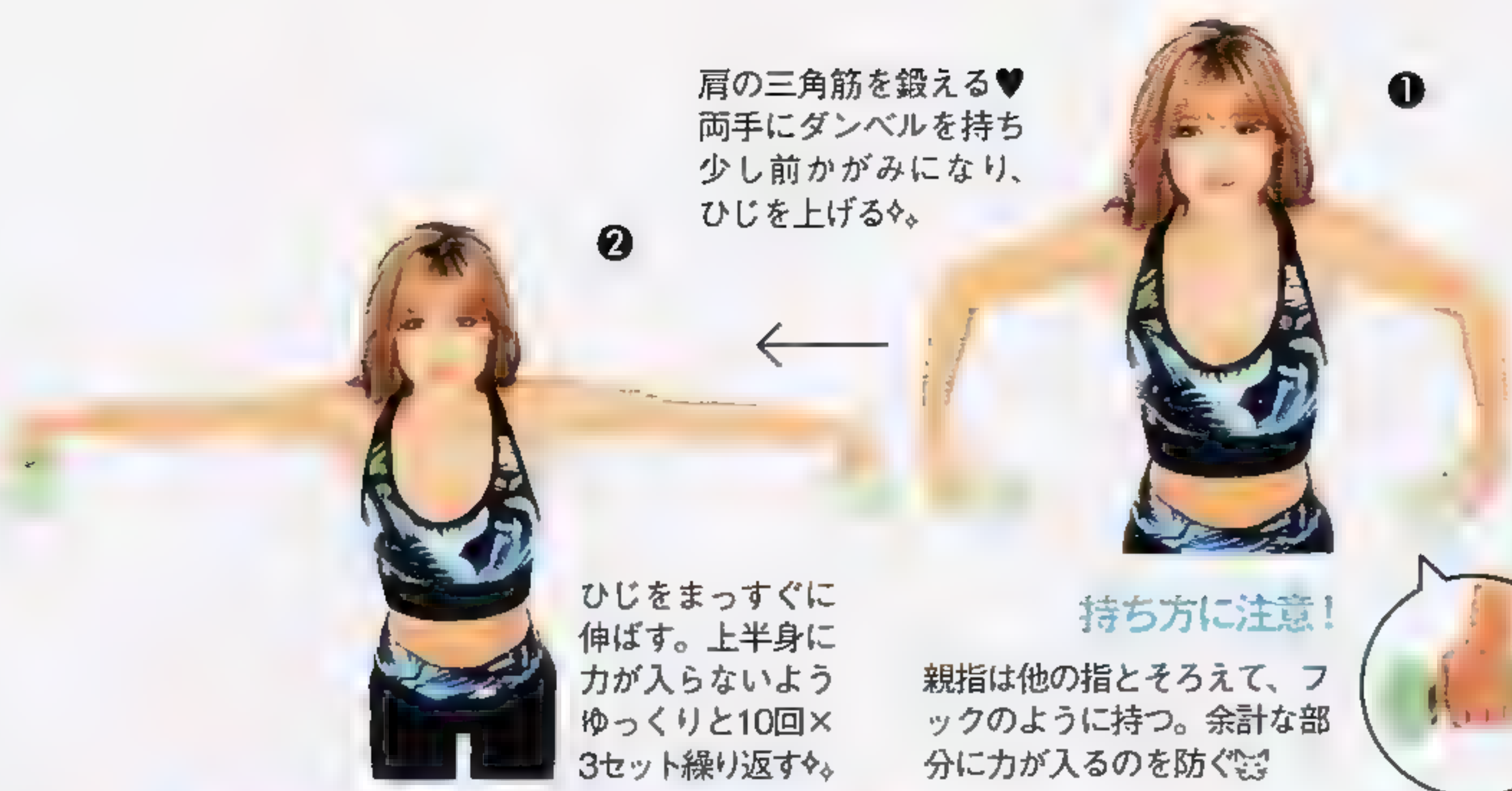
PHOTO_Yoshinobu Bito
HAIR_Anri Mitsuishi
TEXT_Chie

専属モデル(26歳/東京都)
独身・子供なし
小原優花

自分らしい美ボディ

ヨガインストラクター(30歳/東京都)
独身・子供なし
真優川咲さん





肩の三角筋を鍛える♡
両手にダンベルを持ち
少し前かがみになり、
ひじを上げる♡

②

ひじをまっすぐに
伸ばす。上半身に
力が入らないよう
ゆっくりと10回×
3セット繰り返す♡

持ち方に注意!

親指は他の指とそろえて、フックのように持つ。余計な部分に力が入るのを防ぐ♡

①
仰向けになり、
両手にダンベル
を持つ。胸を
開いて肩甲骨
をしっかりと
寄せておくの
がポイント!

半円を描くように腕を上を持ち
上げて♡ ひじは少し曲げても
OK。胸全体を鍛えられる♡

1 優花は肩周りを鍛えて、Vシェイプを作る♡

ダンベルを使えば自宅でも本格トレーニングが可能♡ ペットボトルでもOK! 肩や胸、二の腕を鍛えて逆三角形のシルエットに♡



②
そのままゆっくりと腕をうしろ
に伸ばして2~3秒キープ
腕のプルプルを引き締める!

①
片膝と片手を椅子などにのせる。
前傾姿勢でダンベルを持ち、ひじ
を曲げたまま背中中の少し上に♡



自力で引き締め、メリハリを作る

筋トレ&ストレッチ♡

メリハリボディを作るには、そのベースとなる筋肉を整えることが必要! わかっているからこそ努力を惜しまない、お姉さんたちの上半身絞り法を一挙紹介♡



②
足をゆっくりと下し、床につ
かないところで約10秒キ
ープ♡ 腰が浮かないよう注意♡

①
オーソドックスだけ
この腹筋が効く! 仰
向けになって、脚を天
井に向かって上げる♡

2 RIRIは ドローインと 腹筋でウエスト シェイプ♡

ダンスで筋肉が必要だから、どう
しても細くはならない...♡ だからウ
エストをできるだけシェイプしてメ
リハリを作るようにしてる★

ダンサー
(28歳/東京都)
独身子供なし
RIRIさん



②
息を吐きながらお腹をグー
ッと凹ませて、10秒ぐらいキ
ープ★ 3回ぐらいを目安に♡

①
肩幅に足を広げて胸をはって
立ち、お腹を膨らませながら、
息をゆっくり吸い込む♡

4 ユウキは足親指に輪ゴムを つけてお腹を凹ませる♡

小学生の頃にTVで知って、ずーっとやってる「足
親指輪ゴム」♡ 骨盤が矯正されて、お腹が凹
む♡ 毎日の習慣になってます♡

親指を輪ゴムでく
っつけ、腰にクッ
ションを入れて仰
向け♡ 腕を上げ
て5~10分放置♡



足の親指に輪ゴム!

バー店員(28歳/東京都)
独身子供なし
矢野ユウキさん

3 まなかは 猫背を矯正して バストアップ♡

猫背を矯正すると、バストアップ
になって、背肉もすっきりしてア
ンダーが寝せる♡ 肩甲骨がほぐ
れるから、代謝もよくなるよ♡

北新地パナ
美容会社社長(30歳/大阪府)
独身子供なし
まなかさん



③
手を下ろした
状態が本来の
正しい姿勢♡
この姿勢を覚
えて普段から
キープして猫
背を直す♡

②
そのまま横に
腕をゆっくり
と下ろす。鏡
で体がまっす
ぐになっている
かチェック
してるよ!

①
鏡の前に立っ
て下腹部に力
を入れる♡
両手を前から
まっすぐ上に
向かって上げ
る♡

肩より少し上に
壁に手をつい
て、胸を開き
ながら首は反
対方向に向
けて、胸筋
を伸ばすよ!

ココを伸ばす!

5 愛美は壁を使ってバスト アップストレッチ♡

トレーナーさんに教えてもらった、リンパの流れをよくするストレッチ法を家でも実践中。胸筋を刺激するのでバストアップにも♡

芸能プロダクション経営
(30歳/千葉県)
バツイチ独身息子2人
鈴木愛美さん



8 絵里奈は競歩&背筋で太りにくくする♡

できるだけ日常に取り入れることでシェイプアップするようにしてる！競歩を日課にしているから、最近は歩きやすい靴ばかり履いてるよ♡

イベントコンパニオン(31歳/東京都)
奥山絵里奈さん
独身子供なし

帰宅途中は30分ぐらい競歩で歩く♡ 帰り道なら汗をかいてもOK♡ ヤセたいところに力を入れて歩く！

半年前から寝る前に背筋を鍛えてる。毎日最低10回はやってる♡ 実は最近まわりにぎっくり腰になる人が多くて始めた♡

コレを使用！

9 愛莉奈は半身浴中にチューブエクササイズで二の腕を鍛える♡

以前買った本のふるくのトレーニングチューブを、半身浴中に使って上半身を鍛えてる！これならお風呂の中でも使えちゃうよ♡

トレーニングチューブは本についていたおまけ♡ 少しやわらかめのチューブだよ♡

接客業(28歳/東京都)
独身子供なし
神咲愛莉奈さん

チューブの両端を持って、引っ張り合う♡ 左右で10回ぐらいずつやってるよ♡

チューブの片端を足で押さえて、上に引っ張る。さらに引っ張ったままぐるぐる回すと効果的♡

TOKYONADESHIKOプロガー
(36歳/東京都)バツイチ独身子供なし
MERIさん

7 MERIはヨガボールでながら筋トレ♡

ヨガボールを使ってTV見ながらワークアウト♡ 小さいボールだから部屋にあって邪魔にならないし、すごく手軽なのがいい♡

手で挟んだボールを押しつぶしてバスタップ★ 弾力があって気持ちいいから、ストレス解消にも♡

中の空気を減らせば枕にもなる！ ストレッチにもいろいろ使えて便利♡ ピラティスヨガボール20ℓ

椅子に座り後ろでボールを持つより 背筋を伸ばし、ボールを小さく上下させる♡ 背中、二の腕に効く♡

6 咲はインナーマッスルを鍛えてメリハリをキープ♡

女性らしいシルエットのメリハリを作るなら、インナーマッスルを鍛えるのがおすすめ！ 代謝が上がるのでダイエットにも効果的♡

仰向けで足を上げて、膝を直角に曲げる♡ 丹田というへそ下のツボを意識して手を当てる♡

息を吐きながら片足を伸ばして、吸いながら元に戻すよ♡ 呼吸に合わせてゆっくりとした動作に！

逆側も②と同じ動作で、腹筋を鍛える♡ これを10回×3セットぐらいやるのが理想★ 腹ペタに！

↑ UP!

10 りんかはタコ糸腹筋とシャンプー腹筋で腹ペタに♡

いつも「ながら」でできることを考えて…♡ ふと思いついて実践してみてもよかった腹筋の鍛え方がこの2つ！ ぜひ試してみてください♡

栓が必要

お腹を凹ませてタコ糸を巻き、服を着る♡ お腹が緩むとタコ糸が食い込むので気がつく♡

独身子供なし
人生の夏休み中(30歳/東京都)
鈴木りんかさん

たこ糸を使用

シャンプーを流すとき、後ろ向きで椅子に座り、腹筋を使ってシャワーを浴びる！ 耳栓をしないと水が入るので注意♡

タコ糸はスーパーなどで売っている料理用のもの♡ 太すぎず細すぎず、ちょうどいい♡

11 あいはストレッチロールで時短ストレッチ♡

大のドクターエアのファンで、気になっていたストレッチロールを最近導入♡ バスタップやウエストシェイプにも大活躍中だよ♡

ストレッチロールの振動を両手で抑え込むようにして、腕〜胸までの筋肉を刺激する♡

ドクターエアのストレッチロールは1.8万円。1分間に3万回というハイパワーな振動が筋肉の柔軟性をアップ！

美容室経営&アクセサリデザイナー
(28歳/東京都)独身子供なし
大城あいさん

バストにハリを持たせるクリーム、ラ・シュシュ ナノプラス♥ マッサージに使ってる。

コレを使用!



→マッサージ後はボリュームをアップする美容液、クラランスレピュスト エパヌイッサント

Left Breast Enrichment Cream
Right Breast Enrichment Cream
Epanuissant



1 まなかは円を描くようにバストマッサージ!

貧乳が悩みやから、バストを大きくするクリームとハリを保つクリームの2種類使用♥ マッサージもプラスして栄養をたっぷり届けるようにしてる。

① ラ・シュシュのナノプラスでバストマッサージ。両手を片側の右胸の上下に置く。

バストアップ&むくみを取る

マッサージ♥

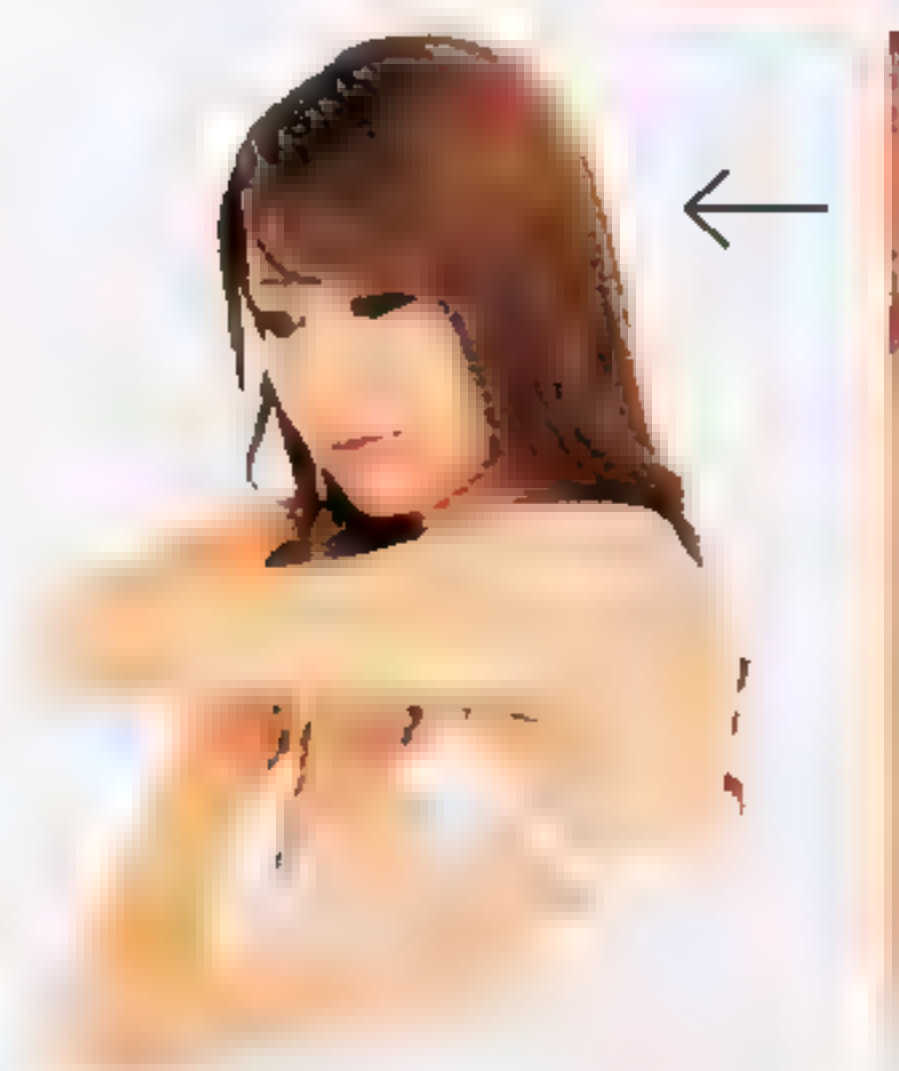
美乳クリームやオイル、美容機器などを使った上半身のマッサージ法をご紹介! リンパや血流を促進して、ハリのある上半身に♥



サボンのガールフレンド シャワーオイルは香りが好き! すごくりラックスできる。

3 奈々子はボディを洗いながらリンパを流す♥

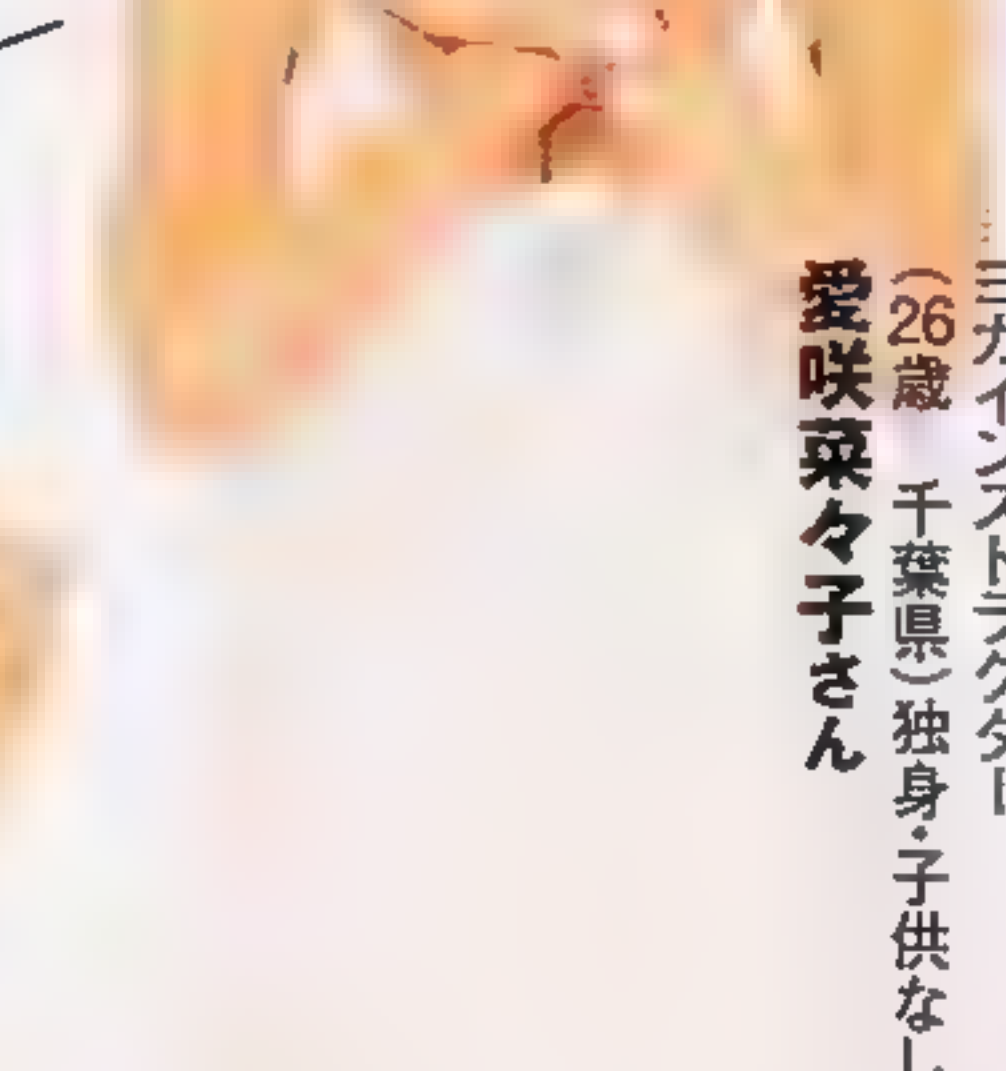
体を洗うのと一緒に、リンパの流れをよくするハンドマッサージをやってる。デコルテ〜バストをケアしてむくみを解消してる♥



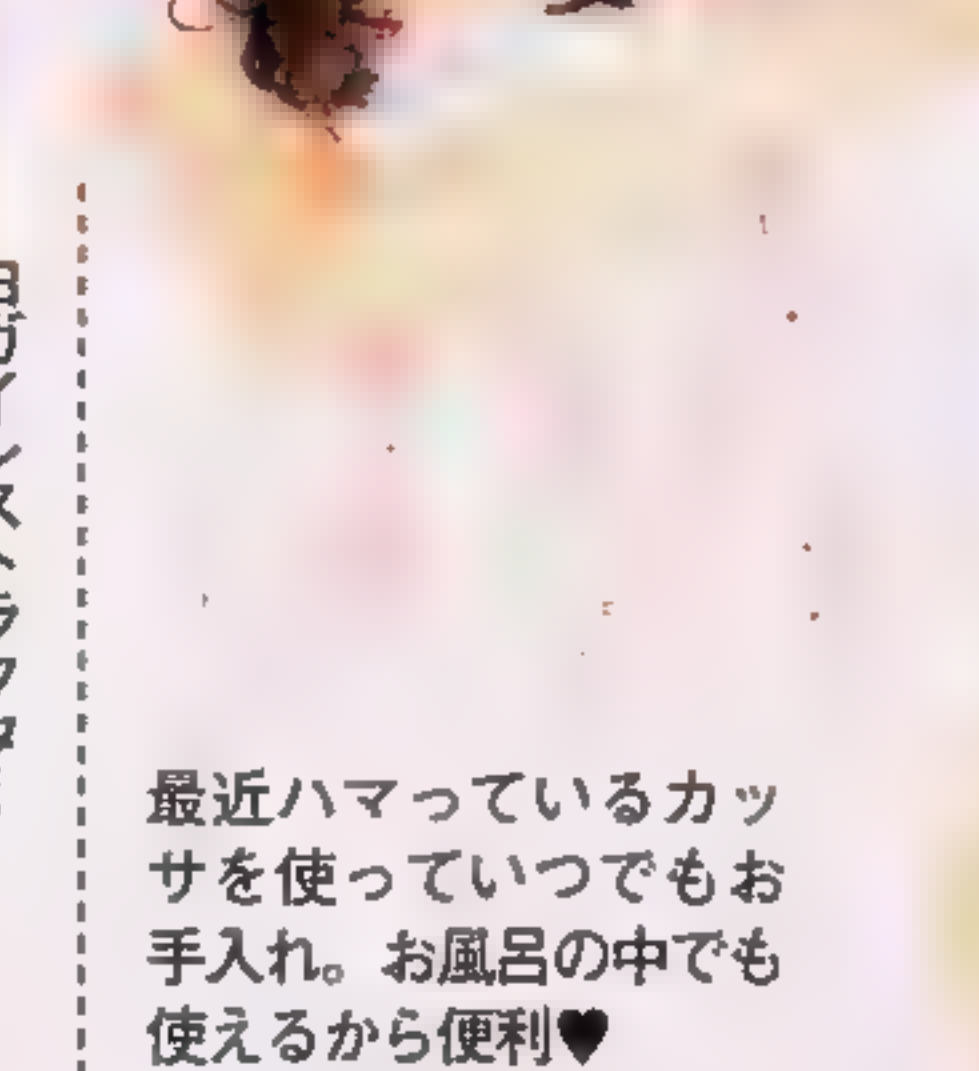
④ 手を広げて背中から脇肉をバストに寄せ集める! 両側3回くらいを目安にやるよ!



③ わきの下に手を入れてもみほぐす。親指で肩のつけ根をグリグリと押してるよ♥



② そのまま鎖骨をさすりながら手を肩までスライドさせる★数回繰り返してるよ!

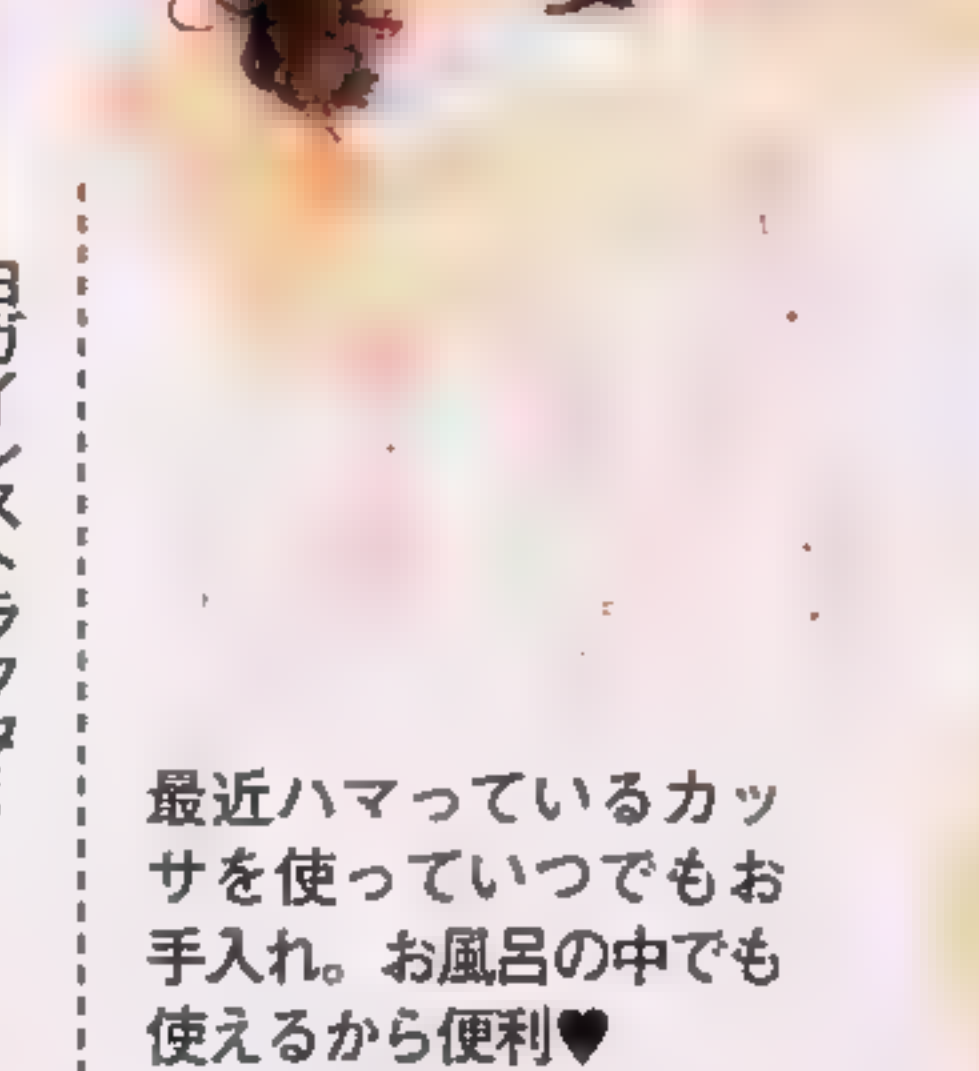


① 泡で滑りをよくしてやってね♥ 手をクロスさせて鎖骨の中心側に手を当てる。

ヨガインストラクター
(26歳 千葉県) 独身子供なし
愛咲菜々子さん

2 あいはお気に入りカッサとお腹マッサージでケア♥

二の腕は最近お気に入りのコロコロつきのカッサでケア! お腹は「逆の字」でマッサージして、お通じをよくする♥ 老廃物を溜めないようにしてる。



④ 手を軽く握って、おへそから逆の字を描くようにマッサージ。ボディオイルを塗ってやる。



コレを使用!

カッサはノベルティ。メルヴィータ ロゼエクストラ ブリリアント ボディオイル。

5 MERI はあんず油でデコルテケア♥

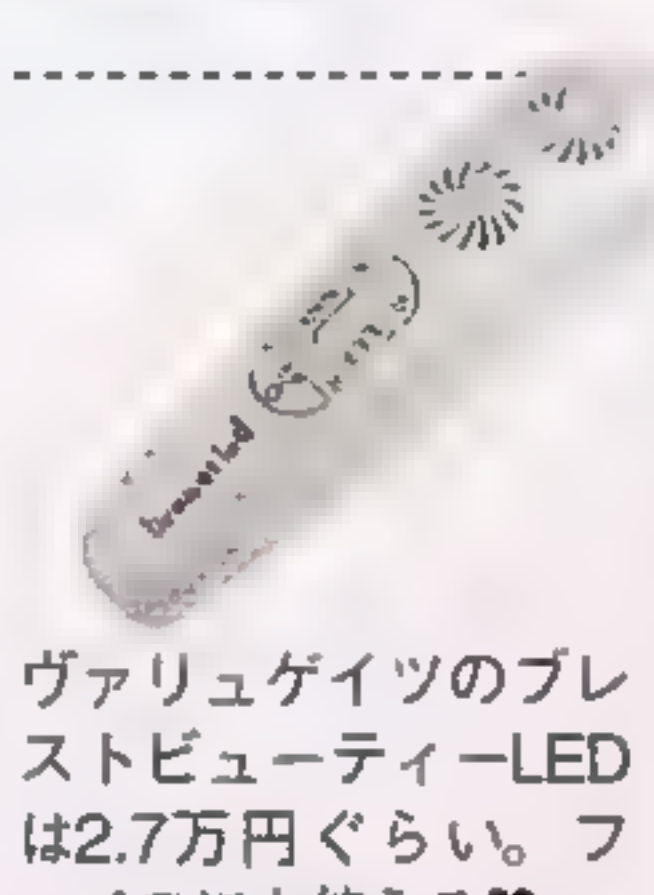
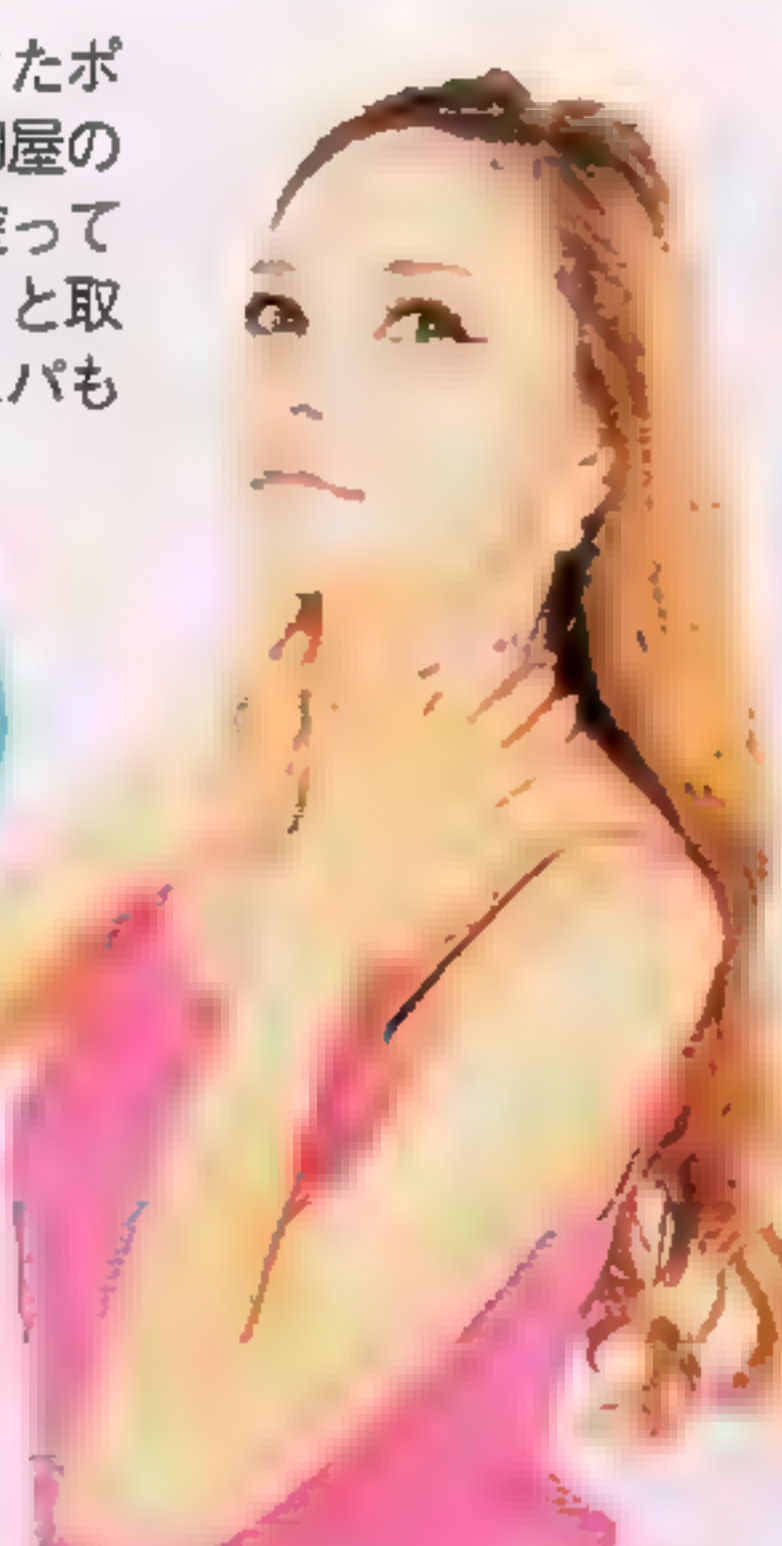
最近、デコルテや首周りにボツボツしたものが... 肌質が変わってきたデコルテまわりは、あんず油を使ったマッサージで対処中。



首周りにできたボツボツは、柳屋のあんず油を塗っておくとボロッと取れる! コスパもよし♥

コレを使用!

あんず油を塗るついでに、首からデコルテのリンパマッサージしてる♥ デコルテも重要!



ヴァリゲイツのプレストビューティーLEDは2.7万円ぐらい。フェイスにも使える♥

コレを使用!

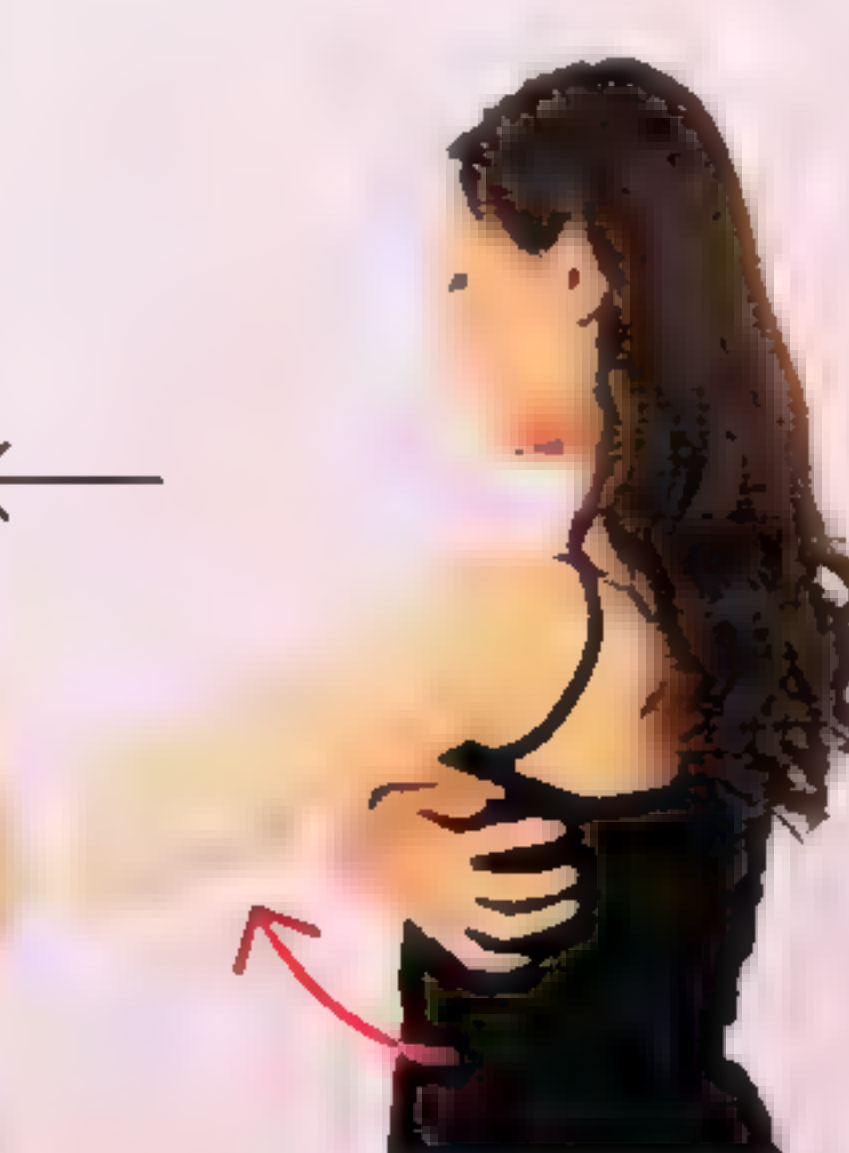
胸にハリを与えて、キメを整えるバスト専用の美容ジェル♥ エステツイン E Pバストジェル

4 りんかは美容器&ハンドでおっぱいマッサージ♥

ハリを出してふっくら見せたい胸下は、美容機器を使って徹底ケア♥ マッサージもプラスしてバストの形が崩れないようにしてる!



③ 最後は右手が胸に、左手はまたウエストに戻す! これを5回繰り返す。反対側も同様に!



② 右手をくま手のようにして肩甲骨に当てて、背中〜脇のお肉を胸に向かって集めてね!



① バストマッサージあわせてやるよ! 左手をウエストにあて、胸に向かって脂肪を集める。



プレストビューティーを使ったケアは胸下中心に。ほっこりあったかくてハリが出る♥

ドクター アリーヴォ2を胸の外→内、下→上に動かしてLEDケア♥ ふっくらハリが出る!



6 愛莉奈は美容器でバストを寄せ上げ♥

ドクター アリーヴォ2でバストのスペシャルケアしてる! 普段はピーチジョンのバスト専用クリームを塗ってハリをキープ。

コレを使用!



ドクター アリーヴォ2はEMSやウルトラパルスなど高機能! 全身のケアに使ってる♥

ピーチジョンのボムバストクリーム リッチをお風呂上りに塗ってアリーヴォ2でマッサージする。



次ページ

酵素ドリンクを水素水で飲む！ 新感覚のダイエットサポートドリンクが誕生★

水素水+酵素で始める

3月15日(土)00:00から
10月31日(木)23:59まで

※定期購入コースお申込みの場合

レボリューション ダイエット革命

健康的なダイエットを目指すお姉さんに人気の酵素ドリンクをアップデートする。注目のアイテムが新登場！
ポイントは舌で話題の水素水★ あらゆる恩恵が期待されてる水素と酵素のWのチカラで今まで以上にスッカリ・シャッキリ・ツヤツヤな輝く自分を目指しましょう

PHOTO_lobuyuki Sasaki HAIR&MAKE_Anri Mitsuishi
MODEL_RIMI EDIT&TEXT_Hironoko-A

市場価格
5万円相当★

高濃度の水素水が作れる
水素水生成ボトル

0円※

※BODY RIDOX
定期コース申し込みの場合

1杯たったの
5kcal♥

酵素と栄養たっぷりの
スリムリキッド

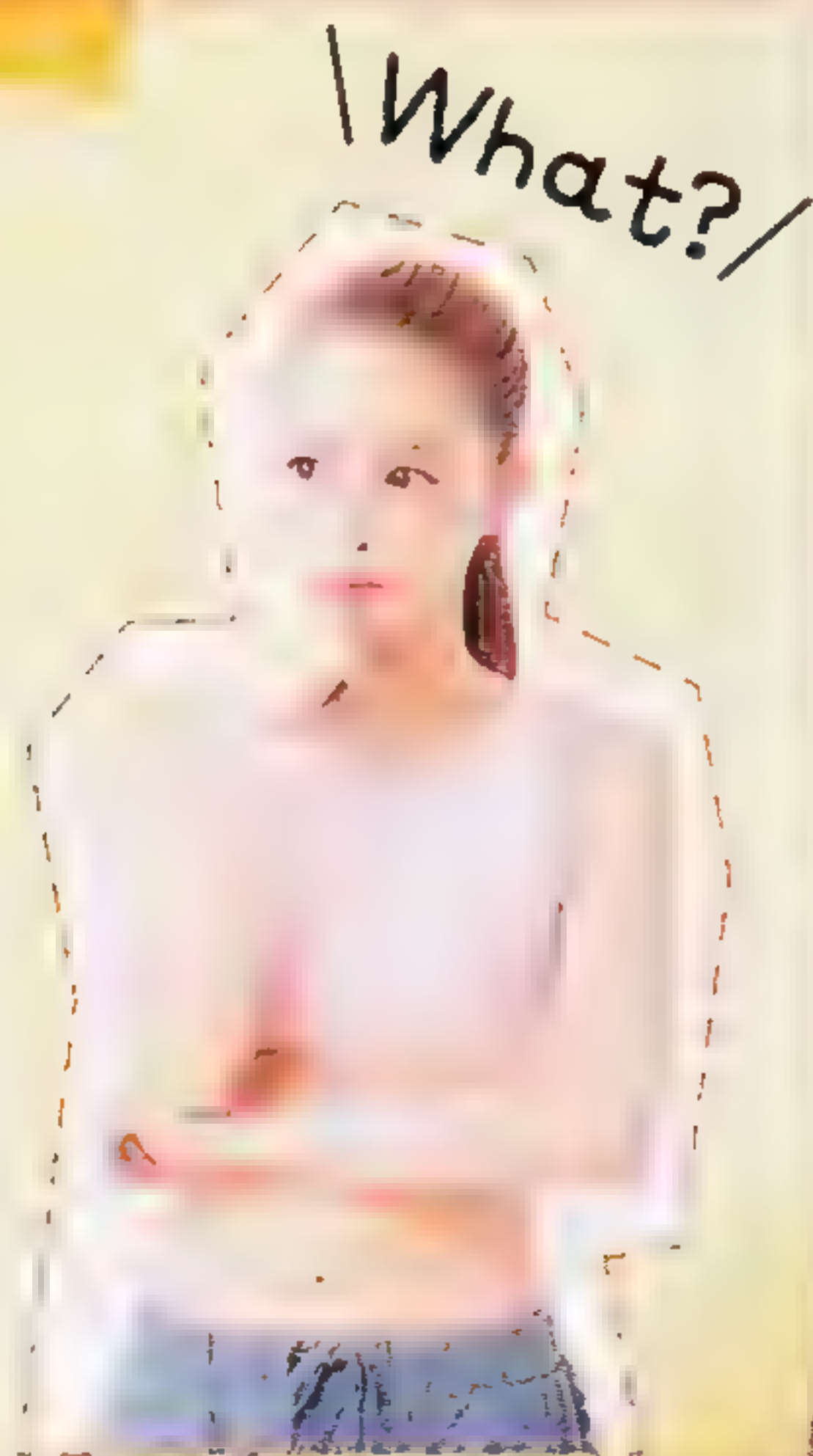
1日あたり **266円**※

※1日1本×30日の場合

水素水って 何が違うの？

美容や健康関係者も注目する
水素分子が含まれているよ！

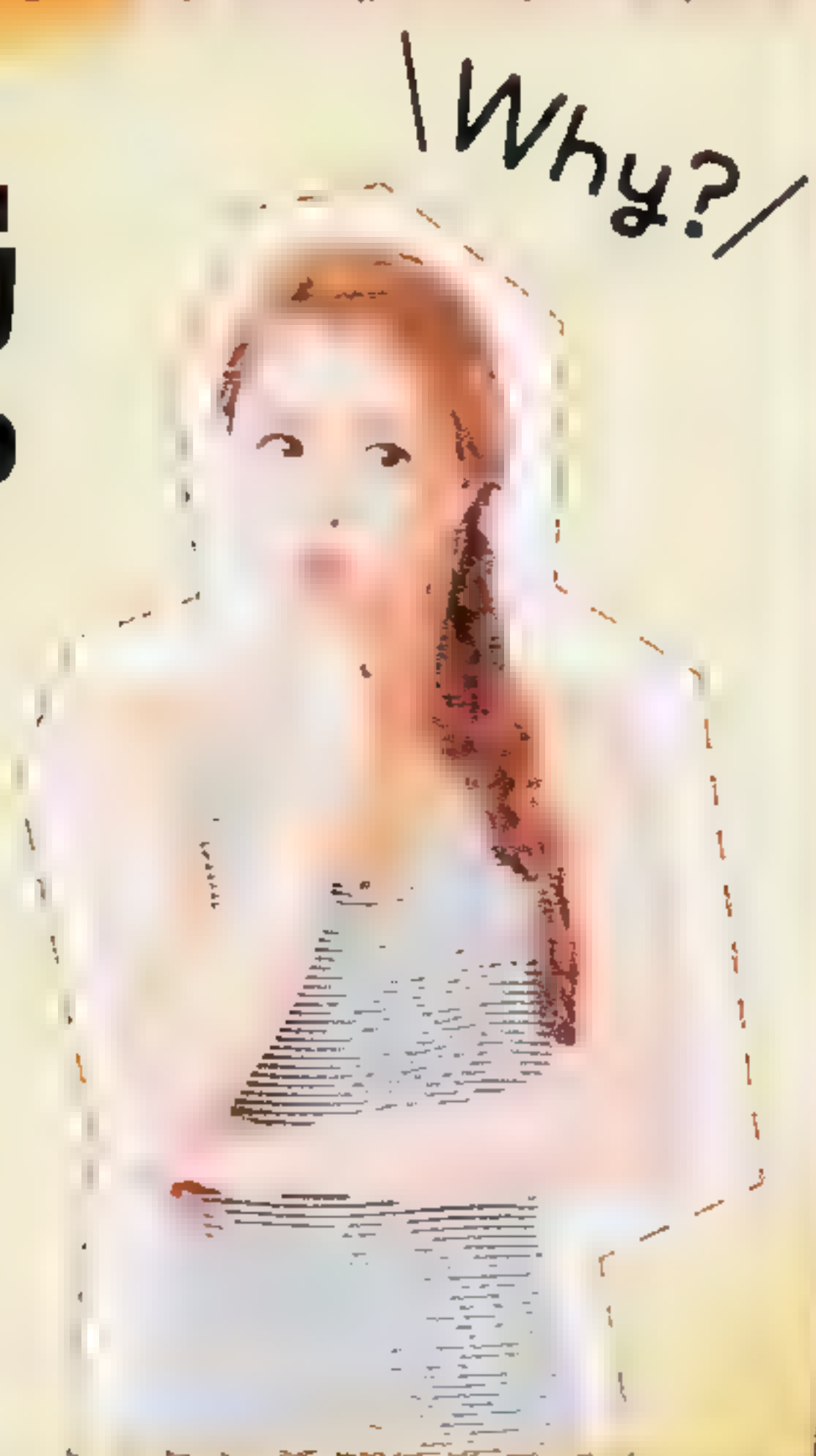
美や健康への意識が高い人たちが注目する“ウォーターサプリメント”★ 市販品が増えて手軽に飲みやすくなったけど、時間が経つと水素分子が抜けてしまうのが難点。できたてを飲むのがオススメ！



酵素って結局 何でスゴイの？

体内酵素の働きをサポートし
健康なキレイに導いてくれる★

酵素は私たちの体内に存在するものですが、不規則な生活やストレスの影響を受けると減少傾向に…。生野菜や酵素ドリンクなどで積極的に取り入れ、働きを良くするとキレイやスッカリ感に繋がるぞ



この2つのパワーを合わせて理想の体形に導くのが

BODY RIDOXのH+4ポジショニングダイエットシステム

なんです！

BODY RIDOXとこれまでのダイエットを比べると…

BODY RIDOXの場合



これまでの酵素ダイエット



気楽に長く続きやすい★

なかなか長続きしない!!

と、評判の

BODY RIDOXのH+4ポジショニングダイエットシステムとは？

手軽に高濃度の水素水を生成できるH2タンク

市販のミネラルウォーターを入れてスイッチを押せば水素濃度900ppb以上の水素水が完成！ お湯を使っても400ppb以上の水素水が作れるので、秋冬の水分補給にも◎★

500mlのペットボトルとほぼ同じ大きさ

22cm

BODY RIDOX

7.2cm

化粧水代わりに♡

水素は世界一小さな分子。その性質を活かして肌の奥までぐんぐん保湿。うるおいたっぷりのしっとり肌に♡

野菜を洗う時に♡

刻んだ生野菜をサッと洗うと、シャキシャキ感がUP。いつものサラダがよりおいしく味わえると評判です★

※水質や温度により水素濃度は変化します。

80種類の自然の恵みを濃縮！スリムリキッド

厳選された野菜・果物・野草の植物発酵エキスに、ダイエットや美肌作りに役立つ成分を配合★ 水やお茶、炭酸水などで割って飲めば空腹対策にも便利。

BODY RIDOX Slim Liquid Peach mango flavor Quantity 30 pieces

フルーティーなマンゴー味♡



ヨーグルトのソースに♡

味がしっかりしてるからデザートソースとしても大活躍。ヨーグルトにかければ朝食代わりにもなる♡



スムージーの栄養強化に♡

酵素たっぷりのスムージーに酵素をマシマシ♡ 栄養価も高まってより強力に美や健康をサポートできる♡

いち早くお試してみた美容マニア・RIRIさんの感想★

以前の酵素よりも肌や体の調子が良くなった♡

酵素サブリは時々飲んでたけど、水素水との組み合わせは初♡ リキッド単品でも美味しいけど水素水と飲むとより味がまろやか♡ 飲み始めてから毎日快調。体もスッキリ♡



初回980円のみでスリムリキッド1箱^{※1}とH2タンク^{※2}がもらえる

※1 通常価格7,980円、※2 市場価格5万円相当



定期購入コースの内訳はスリムリキッド6カ月分。初回は980円でスリムリキッド1箱とH2タンクをお届け★ 2カ月目以降は毎月スリムリキッド(月々7,980円×6回)が1箱ずつ届く仕組みになっています♡

BODY RIDOX カスタマーセンター
☎0120-936-368

〈ご注文・お問合せ受付時間〉
10:00~17:00
※土・日・祝日を除く

むくみにも負けず 肩こりにも負けず 冬の寒さにも負けない女になる!!

デトレッシュで体の中から 温熱美容♥

広島の看護学生
(31歳)広島県
独身子供なし
青木りえさん

専属モデル
(33歳/東京都)
独身息子1人
早川沙世

気温が下がり寒くなってくると、気になるのは“体の中からの冷え”△ 特に女性は悩んでいる方も多いのでは? 内側からしっかり温めてくれて、ダイエット効果も期待できる最新美容機器をご紹介します◇
PHOTO_Satoshi Ohmura HAIR_Chiharu Koya

「温熱」にはこんな美容効果がある!!

新陳代謝を促し、健康的な肌に導く♥

血行を促進させ新陳代謝が活性化!! ハリUP、小ジワ対策、クマ改善などいいこと尽くめ◇

冷え性を改善して眠れない夜にさよなら♥

血管を緩ませることで血流がよくなり、体を芯から温めて手先足先まで熱が行き渡る♪

脂肪燃焼促進&デトックスでダイエット★

代謝促進作用によって脂肪が燃えやすい! 老廃物も流れやすくなるから全身がスッカリ♥

固くなった頭皮をほぐして、小顔&たるみ予防♥

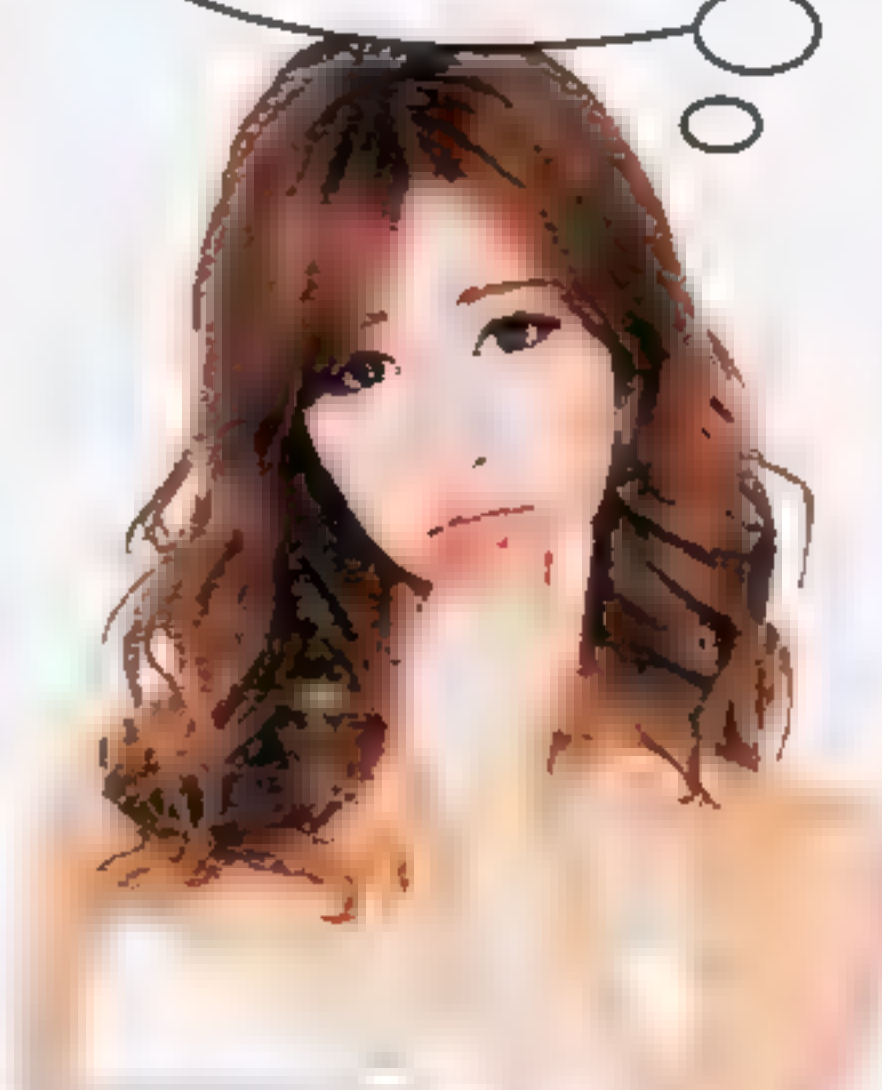
頭皮マッサージも熱を加えることで効果が高まるよ♥ 頭皮が健康になれば抜け毛も減る◇

老廃物や脂肪を蓄えた体も、
冷えに怯える生活も、これでおさらば♥

「冷え」を改善するには
体の中から温めるしかない

美容面以外に、体調や生活
にも影響を及ぼす“冷え”。
白湯を飲んでもお風呂に浸
かっても、そう簡単には改
善されないのが悩ましい△

どうしたらいいの?



「冷え」のお悩みは

当てはまったら 原因は「冷え」かも?

- ☒ 揉んでも肩こりが治らない
- ☒ 肌がくすんでシミ・シワ・ニキビが増えた
- ☒ いつものベッドなのに寝つきが悪く眠りが浅い
- ☒ 同じ生活なのにむくんで太りやすくなった
- ☒ 前より生理痛が重く、不順気味になった
- ☒ 便秘も下痢も両方なりやすい

温熱美容器「デトレッシュ」にお任せ!!

「デトレッシュ」のココがすごい

各部位に優しくアプローチ◇

セラミックの硬めの突起が、温めつつツボを優しく刺激し老廃物を流す!

遠赤外線熱を深部に届ける♥

遠赤外線が奥深くまで温めてくれるよ◇ お灸のようにじんわりと温まる感じ♪

5段階で温度調節ができる★

38~60℃まで5段階で温度調節ができ、場所ごとに心地よい温度に設定可能♥

株式会社アリーブ

TEL 048-452-4302

<http://detresh.com/ane-ageha/163>



SUINA

「かっさ」×「温熱美容」で 脱・冷えのお悩み!

経絡の流れをスムーズにする
「かっさ」と、じんわり体を
温める「温熱」の最強コンビ
でデトックス◇ 冷えを解消
するだけでなく、キレイなボ
ディラインも手に入れよう♥

肩こりも楽に
なったよ♥



“生きてる人形”から“3児の母”そして今…けいこさんが新たな伝説へ!!

癒し系レディが お好きでしょ。

生きてるお人形だったディ
アマンテ時代、出産と育児
にてんてこまいだったパタ
パタママ時代を経て、近頃
はキレイなお姉さんとしての
輝きを増しているけいこ
さん。その魅力に急接近♥
けいこ伝説の第三章はここ
からはじまります!

PHOTO_Nobuyuki Sasaki
HAIR_Chiharu Koya
TEXT_Midori Sasaki

姉agehaの
井川遥!

ライターHさん

本当にママ?
つくくらい
スタイル良くて
美人さん
真優川咲さん

大らかで優しい
お茶目なところが好き
青木りえ

着飾らなくても
にじみ出る美しさは
努力のたまものだと思う♡
編集K

専属モデル(32歳/滋賀県)
既婚・息子1人・娘2人
けいこ

美人だからクールかと思ったら
すごく話しやすかった!
ライターSさん

平成の良妻賢母とは
けいこさんのこと♡
桜井莉菜

滋賀の方言がかわいくて
声も優しくて癒される♡

奥山絵里奈さん

派手な髪型も似合ってたけど
今の髪色も好き。
けいこちゃん大好き♡
古橋綾香さん

おっとりかわいくて癒される
ほんわかほんわか♡

美咲さん

優しく見守ってくれる
お母さんの存在♡

杉山佳那恵

Question!
about Keiko

“けいこさんってどんな人?”

What is she like?

魅力をもっと知りたいからさらに情報収集♥

けいこさんってどんな人?

けいこさんと撮影をすると誰もが癒しオーラの虜に。でも本人には自覚がないようなので代わりに調査しました!



母親としても尊敬! 女の鏡★



モデル 早川沙世

けいこさんは心のキレイな天使。育児のことで悩んでけいこさんに話を聞いてもらったときの安心感、ずっと忘れないし感謝してる♥
けいこさん歴8年

いつも笑顔で明るい雰囲気の魅力♥



モデル まなかさん

周りのスタッフやモデルへのさりげない気遣い、ちょっととぼけたところ、人懐っこいところ全部含めてかわいくステキなお姉さん♥
けいこさん歴6年

メンタルがしなやかで折れない♡



ライター ささきみどりさん

ダイヤモンドを退職して滋賀に帰るときもそうでしたが、この道だと思ったらブレないし迷わない。選り取る勇気がある潔い人です♥
けいこさん歴9年

Talking about

Keiko

Birthday 1984年3月10日

Birthplace 滋賀県

Height 157cm

Blood type O型

Family 夫・息子1人・娘2人



見た目も内面も美しい方です♥



モデル 小原優花さん

初めてお会いしたときナチュラルなキレイさに心から驚きました。私も将来、けいこさんみたいな明るくて素敵なママになりたいです♥
けいこさん歴1年

性格の良さが表情にも表れている方♡



カメラマン 佐々木信行さん

僕のような裏方にもいつも明るく声をかけてくれます。謙虚で慎ましくかで控えめなんですけど存在感もしっかりある、希有な方ですね♥
けいこさん歴8年

この透明感は唯一無二のもの♡



モデル&ライター 水野祐香さん

前のブログタイトル「透明けいこ」は、まんまけいこちゃんのイメージ。この透明感が出せるモデルさんはそうそういないと思う! けいこさん歴6年



愚痴や弱音を聞いたことがない♥



ヘアスタイリスト 小屋千春さん

ダイヤモンド時代から本当にがんばりやさん。忙しい毎日でも輝いていられるのは素材の良さだけではなく日々の努力の積み重ねです!
けいこさん歴10年

おっとりしていてしっかり者♥



スタイリスト 中野みずきさん

時間がなくて焦っていても殺伐とした空気が出ない。昔に比べればメイクは薄くなりましたが洗練された感が出てきたと思います♥
けいこさん歴10年

History

小悪魔ageha時代!!

けいこさんのageha年表♥

小悪魔ageha時代

06年 12月号
ダイヤモンド店長として小悪魔ageha初登場

07年 4月号
ダイヤモンド特集でお部屋公開

07年 5月号
おだんご祭りのうさぎヘアを作るのに4時間かかる

07年 7月号
ageha最強伝説で24時間密着

08年 2月号
着物カテゴリーで姫着物姿を披露

08年 4月号
人形企画でティモちゃん共演

08年 10月号
生きている人形・けいこ伝説で22コの伝説を明かす

09年 4月号
恋愛企画にて旦那様との恋愛をポロリ

09年 9月号
退職・滋賀へ帰ることを発表

09年 11月号
滋賀にて信楽たぬきに囲まれて撮影

10年 7月号
祝・結婚♥ 結婚式に密着して特集

姉ageha時代

10年 10月号
さやかと表紙、専属モデルに

11年 10月号
第二子出産、親子3人で出演

11年 11月号
不妊治療の過去、コンプレックスを告白

12年 10月号
姉ではない姿で、好みの変化を語る

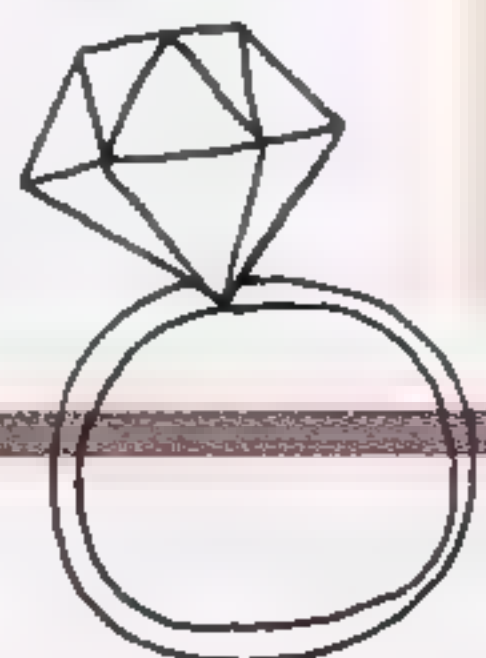
13年 5月号
キティちゃんになりきる

13年 7月号
結婚企画でウェディングドレスを着る

14年 5月号
第三子を出産し、子育ての様子をレポート

14年 11月号
ドキドキしながら渋谷の交差点で撮影

15年 3月号
大人の甘辛メイクに変身



＊
＋
Keika's Rule

みんなを癒す秘密はここにある？

けいこのmyルール7

触れ合う人をほっこり幸せな気持ちにしてくれる、そんなけいこのさんの構成要素を7つの側面から探ります♡



Rule 1 TPOをふまえたファッションを心がけてます♡

公園には動きやすいカジュアルな服で行くとか、場に合った服装をします。でも、明るい色が好きなので“色”は取り入れていますよ♡

Rule 2 メイクもヘアもナチュラルにしています♡

髪色は金髪から暗めに、カラコンは自然にクリッとさせたいので直径14mmを。肌も陶器肌よりツヤ肌重視。肌色に合ったファンデーションを選んでます♡

Rule 3 好みは変化するもの、心の声に耳を傾けます♡

昔とは正反対の見た目になったけど、周りからのイメージに寄せるのではなく、自分が好きなほうを選んでいたら自然とこうなりました♡

Rule 4 常に笑顔でいることを大事にしています♡

怒っている人より笑顔の人のほうがいいし、笑っているお母さんでいたいので、いつも楽しいことを考えるようにしていますね♡

You
make me
happy

Rule 5 子供たちを育て・守るために腕力をつけています♡

2人同時におんぶまたは抱っこをすることも多い。元々は自然と身についた力だけど、子育てには必要不可欠。力こぶが自慢ですよ♡

Rule 6 地元・滋賀が大好きで、訛りも直してません♡

上京したときに改めて地元の良さを感じました。のんびりしている田舎が好き。訛りは直らないですね。東京にいたときも訛っていました♡

♡♡
キティちゃんになりたい
そんな頃もありました♡

Rule 7 人付き合いはマイペースに人見知りはしません♡

親になってからは特に人見知りはしないようにしています。細かいことを気にすると疲れてしまうので、無理せず結構マイペースですよ♡



けいこの胸中包み隠さず語ります♡

生きてるお人形から、人間のお嫁さんになって、お母さんになった…。進化し続けるけいこさんのあの頃と今♡

「みんなでいい写真を撮る」

撮影現場の一体感が好き♡

数年ぶりにヒールを履いた

女子力取り戻し中です♡

あらためましてけいこです♡ 今、上の子がもうすぐ6歳で、真ん中は4歳、下の子が2歳半になりました。相変わらずバタバタな毎日を送っているけど、2年くらい前が忙しさをピークで、今は少し余裕ができた分オシャレを楽しみたい気持ちも出てきました。本当に久しぶりにちよっとだけヒールを履いたり、ネックレスをつけたりして女子力を戻しているところです♡

ディアマンテのけいことして、小悪魔agehaに初めて出させて頂いたのも、もう10年くらい前。振り返ってみるとあつという間ですね。当時とは見た目が180度変わっていることに、自分でも時々驚きます(笑)。あの頃は人形になりたくて、自分の人間っぽさを少しでも減らしたくて仕方なかった。そういえばキティちゃんにもなりたかったな。今は、多少の笑いじわがあってもいいんじゃないの？と思えるようになって、完璧を求めなくなったと思う。

小悪魔agehaに出ていた頃は、ショップ店員のお仕事も忙しかったし、モデルの世界にあまり興味を持つ余裕はなくて。自分はディアマンテの宣伝のためにここにいるんだって、一歩引いている部分があったと思う。

モデルって楽しいなと思うようになったのは姉agehaに出るようになってから。姉の撮影現場には、スタッフとモデルが一緒になっていい写真を作る、みたいな一体感があって、それがすごく好きなんです。自分をこう見せたい。よりも、こういう写真を撮りたい。という要望に応えていくことにも、すごくやりがいを感じています。

40歳、50歳でもモデルで活躍している人はいるので、私もそんなふうになれたらいいなあと思っています。それと同時にその頃には、モデルとはまた別に、何か打ち込める仕事をしていたいなと思います。子供が小さいうちは、フルタ

イムの仕事はできないけど、でも働くのはすごく好きなので、どんな仕事がいいかなってここ数年くらい、よく考えています♡

今回、この企画の中で姉のモデル仲間やスタッフさんから素敵な言葉をたくさん頂きました。すごく嬉しいけど、自分では全然そんな癒し系じゃないと思う(笑)。性格もサバサバしているし、中身は男だなんて。旦那さんにも言いたいことは言うしケンカもしようちゃうします。お互い寝たら忘れるタイプなので、翌日までケンカを引きずることはないけど♡

子供同士よくケンカをするので、騒ぎが収まらないときは「もう、うるさーっ！」ってなることもしちゃうんです。ちなみにそういうときは、外に遊びに連れて行って発散させるのが奥の手なんです♡

母親にしてくれてありがとう
家族には毎日感謝しています♡

子供たちにイラッとしちゃうこともあるけど、でもやっぱりこの何気ない毎日がすごく愛おしいし幸せだなんて感じる。お母さんになるのがずっと夢だったから♡

妊娠しづらいつい体になつていた頃、子供は持てないんじゃないかって悩んでいたし、そういう時期を経ての今だから、家族には感謝の気持ちがいっぱいある。今ここに居てくれることにありがたうって思うし、日々幸せを噛み締めています。

子供たち3人、歳が近くて、ちっちゃい頃にそれぞれを十分に甘えさせてあげられなかった分、甘えたそうにしているときには抱っこして甘やかしてあげたり、今は1人1人の子供と一緒に時間を作るようにしてる。子供の気持ちにいつも気づいていたいから、小さいうちはしっかりお母さんをして、その中でモデル業や自分磨きを少しずつ充実させていけたらいいなと思っています♡

Message from

Keiko

姉ageha読者の皆さま♡

6年前と比べ、だいぶナチュラルになったので驚かれている方も多いいかな？笑

第1号は26歳だった私ももう32歳に...

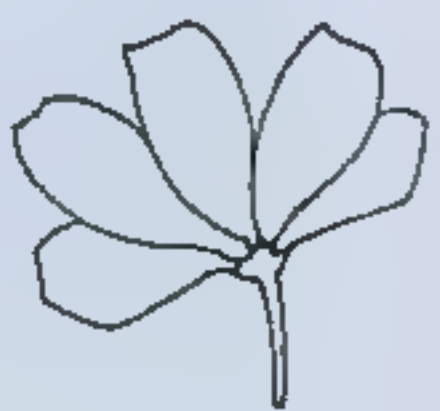
外見はもちろんキレイになりたいけどそれ以上に内面が「美しい人」でありたいなと思います。

今の自分が「いられる事に常に感謝」を...これからもよろしくお願いします♡

けいこ



Nothing is worth it
if you aren't happy





お風呂上がりでも消えてない!

120^{*}時間 キープ!

眉ティントを

1.塗って 2.待って 3.はがすだけ!



プチール アイブロウティント



- ・海やプール、汗でも消えない
- ・オール明けでも眉毛キープ
- ・1回の簡単使用で5日間消えない※
- ・メイク時間大幅短縮! 夕方の直しも不要
- ・お風呂上がりでも消えてない!
- ・しっかり眉毛でハーフ顔
- ・色持ちバツグン! 皮脂消えも怖くない
- ・お泊りでスッピンかわいい
- ・温泉行っても可愛さキープ
- ・ちょっと外出ならメイク不要

※効果には個人差がございます

どんな場面でも使える
シンプルワンピースはマスト!



コレ1枚で完成する楽ち
んワンピース♥ ベルト付き
ふわもこニットワンピース
¥4,980 / BLACK QUEEN
N ハイヒール美脚ニーハ
イブーツ ¥10,800 / R&E

私たちが永遠に愛してる
ゆるピクニットに
リボンをトップピング♥



定番で使えるニットワンピースは、刺激的なバック
クスタイルで他のコと差をつけて♥ バック
リボンニットワンピース ¥4,980 / BLACK
QUEEN



BLACK QUEEN



たちまち今ドキっぽい
コーデになるボルドーが主役!

ゆるっと肩から流れ落ち
るシルエットがセクシー
♥ オフショールワンピース
¥4,980 / BLACK
QUEEN

スタイルアップも叶えて
くれるクールなデザイン♥

フレッグラインモデル(26歳)
バツイチ独身・娘1人
佐野友里香さん

1着持っていると助かるロ
ングパンツのセットアップ
♥ フード刺繍高級パロ
アセットアップ ¥6,980 /
BLACK QUEEN



ちよつとしたお出かけに
サラリと着られるセットアップ♥

ブラッククイーンモデル・ポールダンサー(26歳)
独身・子供なし
盛島朱音さん

ほんのり甘い花柄で、女
らしさをキープ! BQ
花柄プリントセットアッ
プ ¥7,980、ビジュア
ル付きスパンコールキャップ
¥3,980 / ともに BLACK
QUEEN

きちんと感とフェミニンが
共存する神ワンピース♡

着るだけで、
いつもより
自信がもてる
勝負服♡

BILA

シンプルで着やすい。だけどどこかクセのある
デザインが中毒性をもたらす——。

それが BLACK QUEEN。

ご近所でもお出かけ先でも気を抜けない、
お姉さんたちに贈る新作をご紹介します♡

PHOTO_Kosuke Nakashima(PEACE MONKEY)

HAIR_Chiharu Koya MODEL_Rina Sakurai, Saki Mayukawa

EDIT&TEXT_Marika Koizumi

※クレジット表記のないものは、すべてモデル私物です。

お仕事にもデートに
も女子会にもOKな
万能アイテム登場!
ベルト付きラグジュ
アリーシャツワンピー
ス¥3,980 / BLACK
QUEEN

BLACK QUEEN

楽天

[http://www.rakuten.co.jp/
black-queen/](http://www.rakuten.co.jp/black-queen/)

DeNA

[http://www.dena-ec.com/
user/15737838](http://www.dena-ec.com/user/15737838)

NEW OPEN!!

静岡109店

〒420-0858 静岡県静岡市葵区伝
馬町 6-1 1階

054-231-1100



お問い合わせ

〒420-0858 静岡県静岡市葵区伝馬町 6-1 1階

054-231-1100

054-231-1100

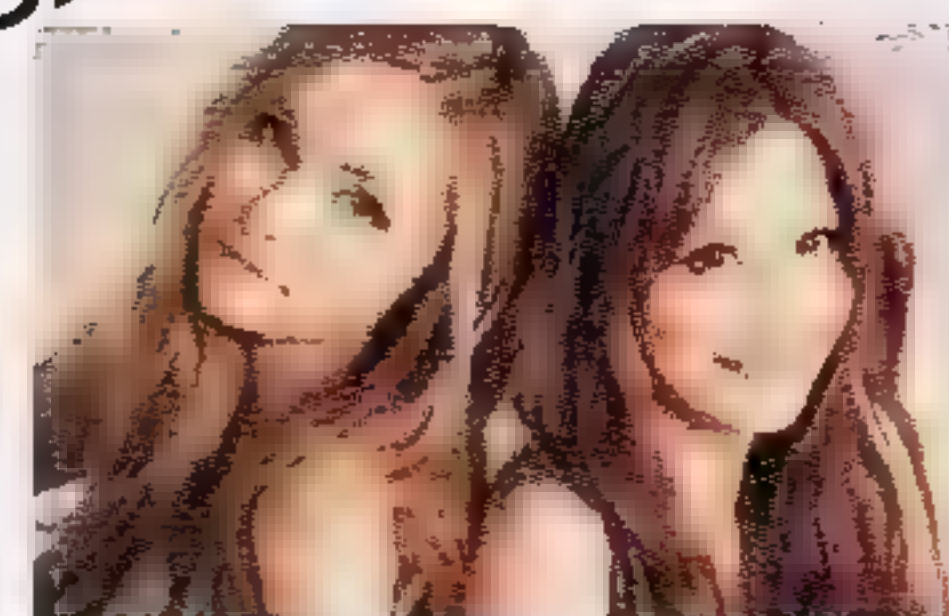
NADESHIKOがアラサー流のオシャレを紹介♡

着回し塾

回数を重ねるごとに着回しの腕がメキメキ上昇中のナデシコ♡今回は2人の魅力をさらに生かすためにキャラ別のテーマで着回すよ♡ MAMA代表の祐香はママカジで、華やかOLのMERIIはレディコーデでリレーStart♪

PHOTO_Hiroyuki Sato HAIR_Yuko Nozaki
THANKS_AWABEES EDIT&TEXT_Setsuko Chigira

TOKYO NADESHIKOとは?



「メス力高めるぞ!」をテーマにした、ハデ女系ブロガーユニット♡人気のLINE BLOG も要チェック♡
lineblog.me/tokyo_nadeshiko/

Start!

ママカジは動きやすさ重視!

ライター& TOKYO NADESHIKO プロガー (36歳/東京都) 既婚・娘1人 水野祐香さん

赤×デニムでベビリんとリンクコーデを楽しむよ♡

チェックシャツ¥2,980、デニムオーバーオール¥3,290/ともにGROWING RICH GUのニット帽、神戸レタスのスニーカー/ともにモデル私物

フラットパンプスとミニバッグ
ガールな気分をほんのりアピール

オーバーオールを着回し!



¥3,290

ご近所のスーパーへ♡

2
リブニットを着回し!

美容DAYで女磨きも忘れずに♡

貴重なママだけのお出かけはパールやヒールで女を満喫♡



リブニットトップス/着回し パールノーカラーデニムジャケット¥3,210/GROWING RICH ユニクロのパンツ、神戸レタスのパンプス/ともにモデル私物

デニムオーバーオール 着回し リブニットトップス¥1,680/GROWING RICH 神戸レタスのバッグ&フラットパンプス/ともにモデル私物

¥1,680



3
ノーカラージャケットを着回し!

結婚記念日はパパとデート♡

明るいカラーのスカートで今日はママカジお休み★



¥3,210

仕事の日も流行を意識♪

4
袖フレアトップスを着回し!



¥1,980

袖フレアトップス/着回し ニットロングカーデ¥2,480、ニットパンツ¥2,350/ともにGROWING RICH アングリットのハット、神戸レタスのブーティ/ともにモデル私物

パールノーカラーデニムジャケット/着回し 袖フレアトップス¥1,980/GROWING RICH 神戸レタスのスカート&フリッジバッグ&ブーティ/すべてモデル私物

5
ニットロングカーデを着回し!

¥2,480

オシャレで動きやすいトレンドのゆるゆるコーデ♡

お出かけのときはきれいなママカジで★

Goal!

メリ♡お待たせ♡



ニットロングカーデ/着回し ビジューボーダーニット¥2,460、サロペット¥2,980/ともにGROWING RICH レースアップパンプス/モデル私物

お姉さんのプチプラ

Start!

TOKYO
NADESHIKO プロガー
(36歳/東京都)
バツイチ独身・子供なし
MERIさん

メス力高め
いくよ〜♥

女子会のときは
ガウチョ解禁!

連休は友達と
韓国旅行♪

楽ちんなのにサマになる
セットアップは頼りになる★

2 ニットガウチョ を着回し!



ニットガウチョ/着回し ハイネックニットは着回したガウチョとセット/GROWING RICH 神戸レタスのブルゾン&ショルダーバッグ&シューズ、GUのニット帽、100均のだてメガネ、ルビスのネックレス/すべてモデル私物

リラックスコーデでも足元は
赤パンプスでメス力をキープ!

←袖フレアトップス/着回し ニットセットアップ(ガウチョのみを使用)¥3,780/GROWING RICH FOREVER21のハット、ルビスのピアス、神戸レタスのバッグ&スカーフ&バングル&パンプス/すべてモデル私物

1 袖フレアトップス を着回し!



袖フレアトップス¥1,980、オリエンタル柄スカート¥1,980/ともにGROWING RICH ルビスのネックレス、神戸レタスのレースアップパンプス/ともにモデル私物

秋色のゆる×タイトなラインで
ひと味違った大人レディに!

華やかOL代表

MERI

3 ハイネックニット を着回し!

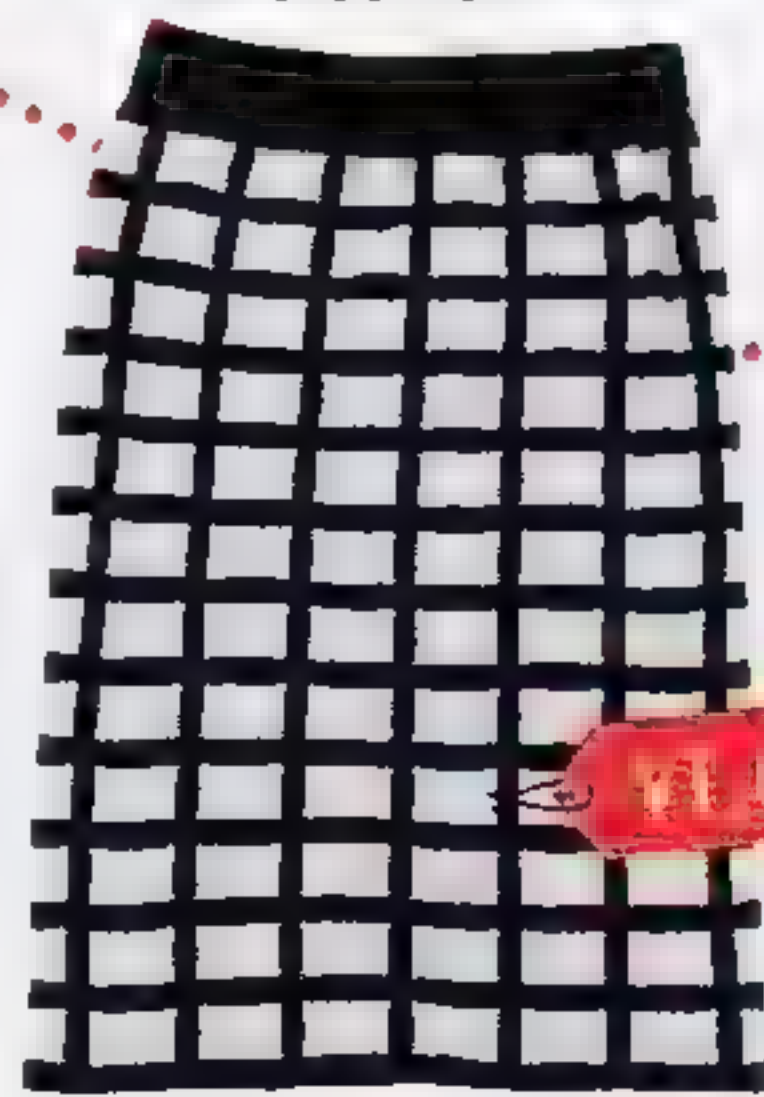


メンズウケ◎なジャケットと
タイトスカートを狙い撃ち!

デートには品よく
肌見せがコツ!

オトコ殺しのゆるニットは
背中できれいめを刺す♥

4 ニットスカート を着回し!



ニットトップス/着回し テーラービッグジャケット¥2,980、柄ニットスカート¥1,680/ともにGROWING RICH ルビスのピアス、神戸レタスのパンプス/ともにモデル私物

袖香&ベビとお出かけ

Goal!

5 バック クロスニット を着回し!

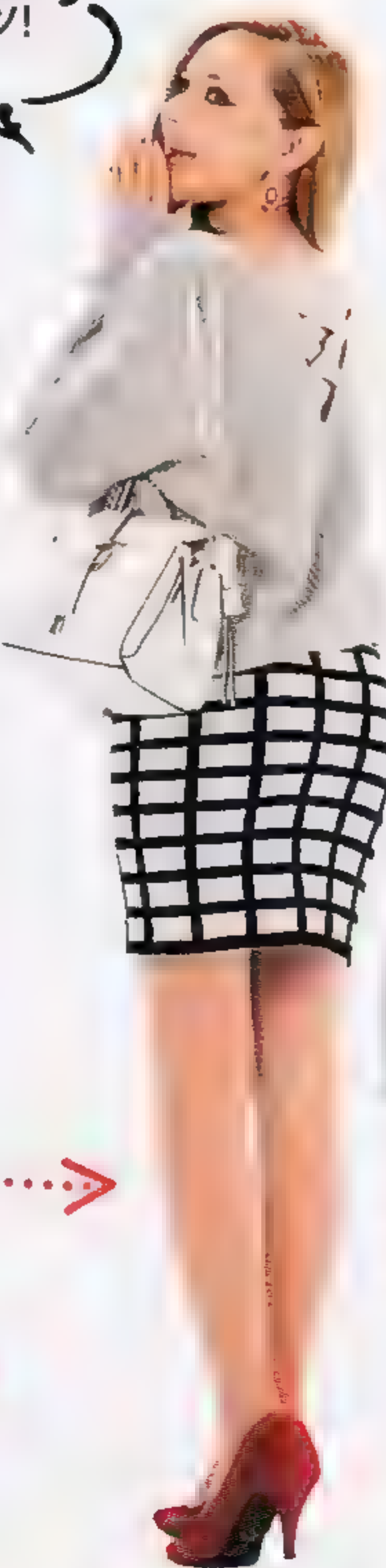


柄ニットスカート/着回し バッククロスニット¥3,180/GROWING RICH ルビスのピアス、神戸レタスのバッグ&パンプス/すべてモデル私物

ハットや腰巻きシャツで
オシャレに手抜きなし★

バッククロスニット/着回し クロスパンツ¥1,680/GROWING RICH 神戸レタスのシャツ&バッグ&シューズ、FOREVER21のハット、ルビスのピアス&ネックレス/すべてモデル私物

合コンでは
男ウケ意識♥



のすべて「じゃなくなったら れ方もより深い、ものに 変わってきた♡

アラサーのリアル恋愛白書 ～心と体と男と愛情～

年相応に恋をして、恋愛にもちょっぴりゆとりが出てきたアラサー世代に恋とSEXについてのセキララアンケートを実施★あの頃よりも成長した恋愛観、バランスの取り方、新たに芽生えた悩みなど、私たちの今をお届けします！

PHOTO_Satoshi Ohmura HAIR_Toppy
EDIT&TEXT_Hironeko-A THANKS_EASE

20代後半

恋愛

結婚前提で
するものに变化★

(31歳／彼氏あり)

「結婚に興味を持ち出す」(31歳／彼氏なし)。その結果「性格重視になった」(32歳／彼氏あり)。「男は金」(33歳／既婚)など現実的な目で相手を選ぶように。また「恋は終わるものではない」(30歳／彼氏あり)と恋愛依存率が下がりはじめる。

SEX

お盛ん♡ (32歳／既婚)
興味がなくなる

(30歳／彼氏あり)

「確認と修正の時期」(30歳／既婚)を経て「愛を感じるように」(30歳／彼氏あり)。満足度が増した分「回数より濃さを重視」(28歳／既婚)する人と「関心が薄れる」(34歳／彼氏あり)人が二極化。

20代前半

恋愛

泣いて笑って
ときどき迷走

(31歳／彼氏なし)

「当たり前のもの」(33歳／彼氏なし)と恋愛が日常化★「癒し」(32歳／既婚)や「ちょっと依存」(32歳／彼氏あり)など恋の楽しさにハマる一方で、「迷路」(32歳／既婚)、「謎」(28歳／彼氏あり)など、難解な男心に翻弄されて病むことも

SEX

だんだんと良さが
わかりはじめる♡

(30歳／彼氏なし)

経験を重ねることで「ちょっと楽しいかも?」(30歳／彼氏あり)と感じ始める。『気持ちいいじゃん!』(33歳／既婚)。「たまにイクようになる★」(36歳／彼氏あり)などの愉しみを見出し、「毎日したい♡」(28歳／既婚)と思う人が増加

お姉さんたちの 恋愛&SEX観の変化

10代

恋愛

ドラマみたいな
恋がしたかった♡

(31歳／彼氏なし)

憧れ半分の時期だけに求めていたのは「ドキドキ、キュンキュン♡」(33歳／既婚)。「100%生活の中心」(35歳／彼氏あり)。「命かけてた」(28歳／既婚)など全力だったのも良き思い出。『恋が一番楽しい時期だった』(34歳／彼氏あり)。

SEX

うーん…
なんだこりゃ?

(33歳／既婚)

「毎日したい♡」(27歳／彼氏あり)と早速ハマった人もいるけど、大半は「ワケがわからず」(30歳／彼氏なし)。「なんでやらないか?」(31歳／彼氏なし)など、あくまで「恋愛のついで」(28歳／彼氏なし)というスタンスだった

30代

恋愛

安定♡ (32歳／既婚)
恋がすべてじゃない

(30歳／彼氏あり)

結婚や「長年のカレと安定」(34歳／彼氏あり)など交際の人は落ち着いた関係に。恋を「人生のデザート」(36歳／彼氏なし)と考えるなど結婚に焦らなくなる人が増えるも、「ちゃんとした方がいい」(31歳／彼氏なし)という意識は変わらず。

SEX

愛を確かめ合う
行為だけど、
たまにで十分

(34歳／彼氏あり)

「愛情確認」(32歳／彼氏あり)という意識が確立し「それがすべてではなくなった」(30歳／彼氏あり)。「大事なコミュニケーション」(32歳／既婚)ではあるけど「面倒」(30歳／彼氏あり)と思う人も。

年齢と比例して心に対する
関心はオープン傾向に!



「なくなったけど減った」(35歳／既婚)。「流れがワンパターン」(33歳／彼氏あり)など、長い付き合いならではの悩みが発生。おひとり様は「疲れるし面倒」(36歳／彼氏なし)と守りに入る傾向に。

「良くなったけど減った」(35歳／既婚)。「流れがワンパターン」(33歳／彼氏あり)など、長い付き合いならではの悩みが発生。おひとり様は「疲れるし面倒」(36歳／彼氏なし)と守りに入る傾向に。



あの頃は「痛けど気持ちいいって本当かな?」(34歳／彼氏あり)と恐怖と興味が半々。「初体験の日をカレと決めて、ドキドキしながらその日を迎えた」(29歳／既婚)という人も♡

あの頃は「痛けど気持ちいいって本当かな?」(34歳／彼氏あり)と恐怖と興味が半々。「初体験の日をカレと決めて、ドキドキしながらその日を迎えた」(29歳／既婚)という人も♡

Q SEXの相性が
どうもって思われる?

つき合える…… 52%
ムリ! …… 48%

「体だけじゃない」(33歳／既婚)。「気持ち大事」(30歳／彼氏あり)というOK派に対し、NG派は「飽きる」(30歳／既婚)、「つき合う理由がない」(30歳／彼氏なし)など肉食傾向が強め

Q SEXの相性は恋愛
に関係あると思う?

思う…… 62%
思わない…… 38%

「相性いいほうが恋が続きやすい」(25歳／彼氏あり)などSEX=絆を深めるツールと考える声が多い。思わない派は「気持ちがなくても体が合うことはあるから」(27歳／既婚)とのこと。

Q 恋愛にける
SEXの要素は?

平均43%

約4割が「50～100%」と回答。「ギュッとされてる時」(31歳／既婚)や「キスしてる時」(36歳／彼氏なし)に幸せを感じる声が多く、SEXだけにこだわらない人が増える模様★

平均年齢
29.4
歳

恋愛=人生 愛し方も愛さ

誰かを愛するのと同じくらい
自分のことももっと深く愛したい

専属モデル(33歳/東京都)
独身・息子1人
早川沙世

Q 恋愛もSEXも
おこなえば
二重になると思う?

思う.....64%
思わない.....36%

思う派は「勉強になる」(30歳/彼氏あり)、「相手の気持ちがわかってくる」(31歳/彼氏あり)など。思わない派は「すべてはセンス!」(35歳/彼氏なし)とハッキリ切る意見が大多数!

Q SEXをすると本当に
キレイになると思う?

思う!.....100%

「肌を見せる分、キレイを保とうとする意識が高まる」(30歳/彼氏あり)や「むくみが取れる」(30歳/彼氏なし)という外見的な美と、「幸せオーラが出る」(29歳/彼氏あり)という内面的な美などご利益満載々。

Q アラサーのオトコからこそ
自慢がついたことは?

演技とかオトナな仕草♥(34歳/既婚)
オトコの転がし方(笑)(33歳/彼氏なし)
全身脱毛してツルツルの肌★(32歳/彼氏あり)

テクでは「喘ぎ方」(28歳/彼氏あり)、「いろんな体位に対応可能に」(27歳/彼氏あり)など。「相手を受け止められるようになった」(31歳/彼氏なし)など内面で磨きがかかった人も♥

お姉さん世代の ココロとカラダの現在地

「SEXの意味は?」、「恋愛以上に大事なものは?」etc...
今のスタンスを表すお姉さんたちの恋愛プロフを公開★

全方位にモテなく
彼にとつて一番の女でいたい

専属モデル(31歳 東京都)
独身・子供なし
杉山佳那恵

心も体も恋愛観も前より
ゆるく・やわらかくなった♡

体形的には「太った」(30歳/彼氏あり)、「お尻が垂れてきた」(32歳/既婚)などの悩みを抱える人が増加。でも「胸やお尻が垂れたら『触り心地がいい!』と逆に男ウケが良くなった♡」(34歳/彼氏あり)という棚ぼたラッキー的な展開に発展した人も♡

心理的には肩の力がゆるっと抜けて、「恋愛に対してゆとりが出てきた!」(27歳/彼氏なし)という意見の数が右肩上がりに。「恋愛の優先順位が下がった」(30歳/既婚)と実感する人が後を絶たなくなってきたのも、若い頃に抱きがちだった「恋愛一直線!!」という価値観がやわらかくなったからなのかも。

とはいえ、恋愛がおろそかになったわけではなさそう。生き方が充実して「仕事とか親友とか将来の目標とか、恋愛以外にも大切なものが増えた♡」(32歳/彼氏あり)だけ。

恋と自分のバランスがうまく取れるようになったら恋愛力がUPしたという報告も。「感情をコントロールできるようになったら、恋がうまく行くように♡」(31歳/彼氏あり)。

恋愛だけに必死にならない。ゆるさ、は、冷静に相手を選ぶというスキルにも直結。

若い頃は「ビビッときたら即つき合ってた」

(32歳/既婚)、「優しくされたらすぐ好きになる」(32歳/既婚)など、直感や流れで始まる恋が多かったという人も、最近は「もうどこか変なヤツとは気軽につき合わない」(29歳/彼氏なし)、「べいべい来られても流されない」

(30歳/彼氏なし)など、ささる慎重に♡
「ここでポイントなのが、決して守りに入っただけではないということ。過去の経験を経て、『こんな恋がしたい♡』という方向性が見えてきたことで焦りが解消し、前より自分本位に恋愛できるようになったという感じ♡」

ゆとりの恩恵はSEXにも♡「気張り過ぎないほうが感じる」(29歳/彼氏あり)、「頑張りすぎるのをやめたら、素で楽しめるように♡」(28歳/彼氏なし)などの声が続々♡

ゆるく・やわらかく・ゆとりを持つ。この3つのYが今後の恋愛を楽しむ秘訣かも♡

SEXとは 愛情確認であり 義務であり ストレス解消法である!

「愛を確かめ合うもの」(28歳/彼氏あり)という声が大多数。
その一方で「旦那とは義務、好きな人とは癒し」(31歳/既婚)、「
一番の気分転換」(27歳/既婚)という大胆な回答も!

好きな体位は正常位 苦手は騎乗位がダントツ

1位の正常位は「チューしやすい♡」(28歳/彼氏なし)、2位
の後背位は「気持ちいい♡」(30歳/既婚)などで人気。苦手
1位の騎乗位は「疲れる♡」(34歳/既婚)という声が多め。

43%が彼氏ありで 24%が彼氏なし 既婚者は33%★

約7割がパートナーあり。相手がない人は「求む、結婚でき
る彼氏」(31歳/彼氏なし)と慎重に焦ってるタイプと「いい人
がいれば」(35歳/彼氏なし)と余裕を持つ人の二系統に。

若い頃と比べて 気になるのは お腹の肉と アソコのニオイ♡

「太った♡」(30歳/彼氏あり)、「ボディが若くない」
(33歳/既婚)など昔以上に体を見せることに抵
抗を感じる人が増加。加齢によるホルモンバラン
スの変化のせいかニオイの悩みも深刻に。

密かにやってる 夜の下準備は ムダ毛の処理と テク磨き♡

脱毛済みでも「チョロ毛が生える♡」(26歳/
彼氏あり)という苦勞が。本番を盛り上げるため
「声の出し方」(28歳/彼氏なし)、「陰の締め方」
(34歳/彼氏あり)に力を入れる人も★

彼氏の数は一平均11人! 経験人数は平均17人!!

体の関係を持っても彼氏にカウントしてないメンズの方が多
め。まあ事故とかうっかりとかいろいろあるよね♡ ちなみに
ここ1年で増えたご新規さんの平均人数は2名でした♪

相手によるけど SEX自体は割と好き♡

「相手による」という声がほとんど。「嫌い」と答えた人は0%。
相手を選ぶ基準は心や体の相性。「気持ちがないとイヤ」(28
歳/彼氏なし)、「大きいのはムリ」(31歳/彼氏あり)など。

思わずムラッとするのは 男性のゴツい指と 厚い胸板♡

つい目が行くのは男らしさがにじみ出るパーツ♡ 行動では「抱
き寄せられた時」(31歳/彼氏あり)、「髪をかきあげる仕草」
(28歳/既婚)、「距離が近い時」(30歳/既婚)が人気★

SEX時の恥ずかしさを 数字で表すと 平均46%

0~100%まで差が大きい回答結果に。交際歴を問わず、
大半の人は結構な恥ずかしさを感じている様子。「照れは10
%でも恥じらうフリは忘れない」(33歳/既婚)という強者も。

恋やSEXよりも 仕事や自分の 時間を重視!

恋より「仕事」(30歳/彼氏あり)や「美容」(28
歳/彼氏なし)、「子供」(30歳/既婚)などのほ
うが優先度高め。「ほかが順調で心に余裕があ
ると恋やSEXもいい感じ」(33歳/彼氏あり)。

アラサーの
ぶっちゃけ♡

ウレシしょ?1番さがこんな目に!!

油断していてビミョーに気まずかったアノ日の話♡

手抜きDayに訪れた予想外のSEXチャンス!ときめきと複雑な女心の葛藤を報告♡

一瞬の油断
が命取り!!



シャンデリア プラセット
(ショーツor Tバック)
¥12,000/ラヴィジュール
ルミネエスト新宿店

Q どんなことを言われると盛り上がる?

・気持ちいい...♡
・恥ずかしい♡
・どこが好き?
・もっとして♡

「本気で感じてくれる」(40代)ことや、「開放的になる様子」(20代)が伝わる言葉にハッスル!「こちらのいいところを聞いてくれる」(30代)の印象UPに直結。

Q SEX中、女性にされるとうれしいことは?

1位 フェラチオ
2位 一生懸命な感じ
3位 恥じらってくれる

人気はやはりフェラ。「テクは大胆でも多少の恥じらいがほしい」(30代)という複雑な要望にどう応えるかが腕の見せ所。「頑張る心意気が見えると嬉しい」(20代) そうなので気分だけでも上げてこ!

メンズに聞きたい! / 私たち、どこまで頑張ればいいですか? 何をしたら喜んでくれますか?

2人で楽しむものだからこそ知っておきたい。メンズの気持ち★ 新世代が目頭「気」になる! 恋愛やSEXの現場を 平均年齢34歳の男性たちに直撃!

Q 理想的なSEX頻度はどのくらい?

平均 週に2回

「週6」「毎日」という益荒男もいるけど、傾向的には7割以上が「週3以下」と回答。回答数が一番多かったのは「週1」で、一番少ないのは「2カ月に1回」(30代)と女性的には物足りない結果に。

お姉さんたちの平均は
平均 週に3回

「週4」と「週1」がほぼ同数。若い頃は「毎日したい」派もいたけど今は一番多くて「週5」。落ち着いたね♡

Q 恋愛におけるSEXの重要度は何%?

平均66%

重要度は女性より高くSEX以外でも「一緒に夢中になれるもの」(30代)や「SEXと同等の質があるコミュニケーション」(20代)など深いつながりを求める傾向に。「思いやり」(20代)もマスト。

お姉さんたちの平均は
43%

キスなどで愛を感じられたり信頼関係があればSEXにこだわらない。相性が悪くてもつき合える人も多い。

Q 恋愛やSEXにおけるアラサー女子ってどう思う?

いいところ

テクがある 26%
経験値が豊富 34%
大人なところ 29%
その他 11%

それなりの経験値があると予測されているため、テクに対する期待値が高め。「一通り遊んだ後なので浮気や夜遊びをしない」(30代)、「色気が出てきた」(30代)という声も。「若いコより懐が深い」(30代)などのつき合いやすさも魅力だそう。

ビミョーなところ

結婚を意識しすぎ 33%
こだわりが強い 20%
肌にツヤがない 17%
男より大胆 20%

年齢的に「結婚を意識させられそう」(20代)と感じる男性が続々。「経験が多い故のこだわりの強さ」(20代)や「プライドが仕上がっている」(30代)のもキツイとか。テクを求める割には「上手すぎると引く」(30代)という人も。難易度高っ!

Q SEX中、女性のどんな仕草に萌えますか?

1位 感じている仕草
2位 恥ずかしがる仕草
3位 キスやハグをせがむ

「ガマンしても声が出る」(30代)、「シーツをつかむ」(30代)、「眉間のシワ」(30代)などにエロスを感じる模様。「恥ずかしがりながらおねだりしてくる仕草」(40代)もかわいいと好評。

Q スバリ!女性のこなれ感を感じる瞬間は?

・男より積極的に攻めてくる
・ブラを外しても照れない
・動きや感じ方が事務的
・すぐ2回戦に行こうとする

確信が強まるのは「自ら下着を脱ぐ」(30代)などの「恥じらいがない」(40代)行動。「騎乗位での暴れるような腰使い」(30代)や「アナルを責めてくる」(20代)なども疑惑のモトに...

Q ゴムつけて、電気消して、それはイヤ♡...「こうしてほしい」って言ってもいいですか?

OKという回答が多く、女性にとって安心できる結果に。ただし「聞くかどうかはわからない」(30代)という声も。 「しぶしぶ聞く」(30代)という人もいるので言い方だけは謙虚がブナン★

意見をはっきり言うお姉さんは
54%

「これはイヤ」ということは率直に言う人が多め。「濡れない」などの問題は「疲れてるみたい」とオブラートに包む場合も。

お姉さんたちが感じるSEX中の女性の仕草は

声と感じてる表情♡

イクのをガマンしてる顔もポイント高め♡

多くのお姉さんが「気持ちよさげな声と表情」(32歳/彼氏あり)にキュン。「恥ずかしがる様子」(31歳/彼氏なし)や「クンニ中の上目遣い」(29歳/既婚)に萌える男性顔負けのDも♡

お姉さんたちが感じるSEX中の女性の仕草は

キスの上手さ♡

キスがムリな相手じゃSEXなんてもっとムリ

「キスが下手だとほかにも下手」(30歳/彼氏あり)と実感した人が続々。「車の運転の上手さ」(26歳/彼氏あり)もテクと比例。「丁寧だと本番もやさしい」(28歳/彼氏あり)とか。

お姉さんたちが感じるSEX中の女性の仕草は

自分の意志も5割ほど伝えてる★

相手のことを立てつつもイヤなことはほぼ断る!

「そのほうが相性も良くなるから」(28歳/既婚)。「極力相手のペースに合わせる」(31歳/彼氏なし)という人でも「したくないことは言う」(34歳/彼氏あり) スタンズ!

デビュー当時と比べて受け身ばかりじゃなくなった!

お姉さんたちの愛し合うための努力と密やかな愉しみ♡

SEXの楽しみ方がわかってくるともアラサーならではの♡ 経験から身についた、さらっと行為を盛り上げる工夫を聞いてみました♡



待っているだけで、物足らない！
強めなお姉さんは好きで、や

アラサーの
ぶっちゃけ♥

カレの喜ぶ顔がどうしても見たくて… 頑張り過ぎて失敗しちゃった! ^{てへ}べる☆ エピソード



すべては
愛の
不可抗力♥

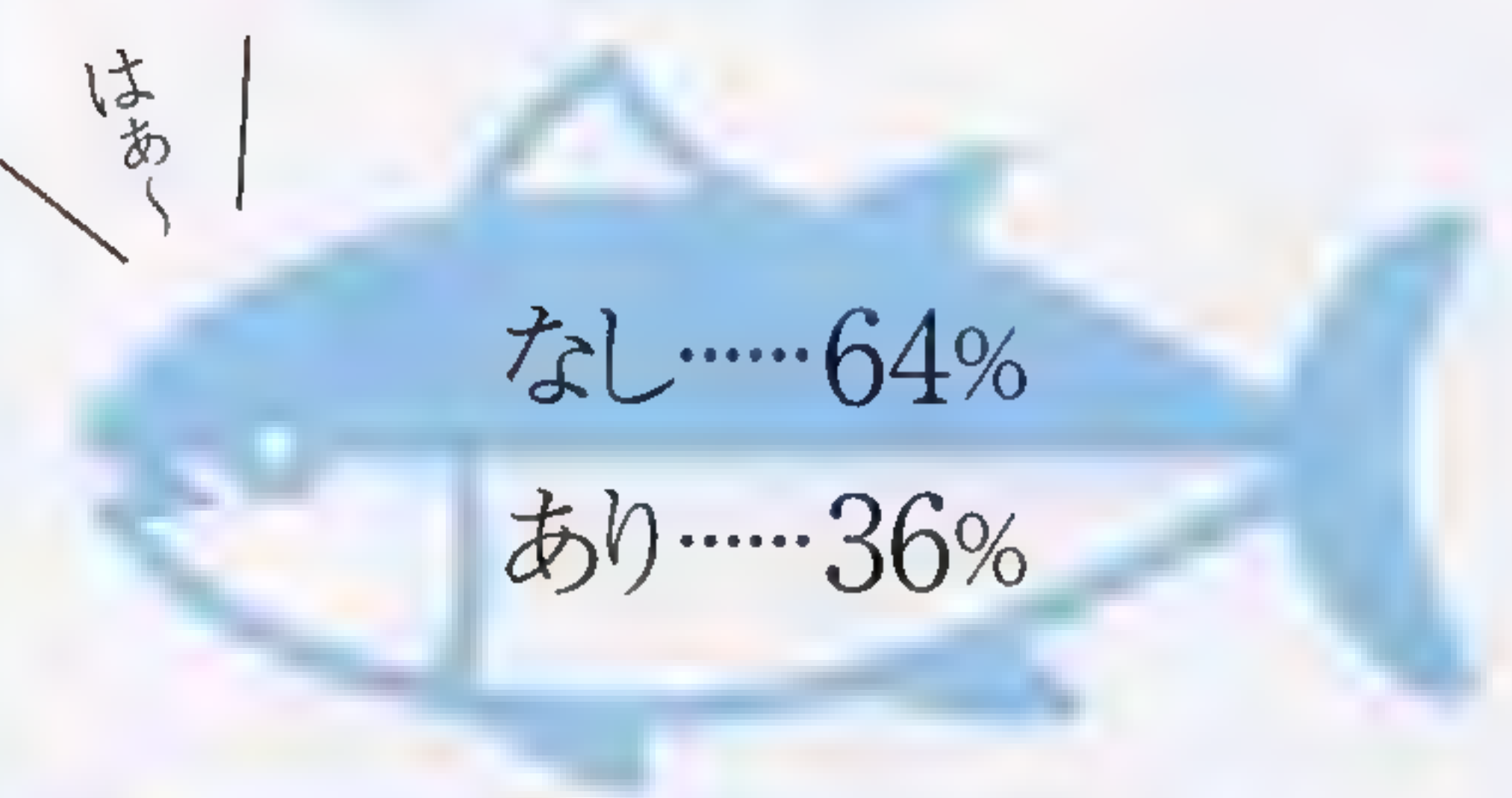
潮を吹かせてあげる♥」(31歳/既婚)、「指使いで興奮させ
「彼氏なし」という事で、セックスを言はせる人がいる。方
「彼氏あり」など努力がアタになることも。その中で、
「彼氏なし」(31歳/既婚)、「自分の好きなように動く」(28
歳/彼氏なし)という声。「クリとピストンを運動。奥に押しつける感
じで」(35歳/既婚)という声も♥

Q 何をされると ドン引きしますか？

- ・様々なテクを披露
- ・アナルを責められる
- ・最中に寝る
- ・ぐいぐい来すぎ

やりすぎという声が多かったのは「顔射を求めてくる」(40代)、「脚でホールドされる」(30代)、「アナル責め」(20代)などの上級テク。また行為中の「爆睡」(20代)や「LINE」(20代)事後の「ほかの男と比べる」(20代)というマナー違反を挙げた人も。最低限の礼儀は忘れずに!

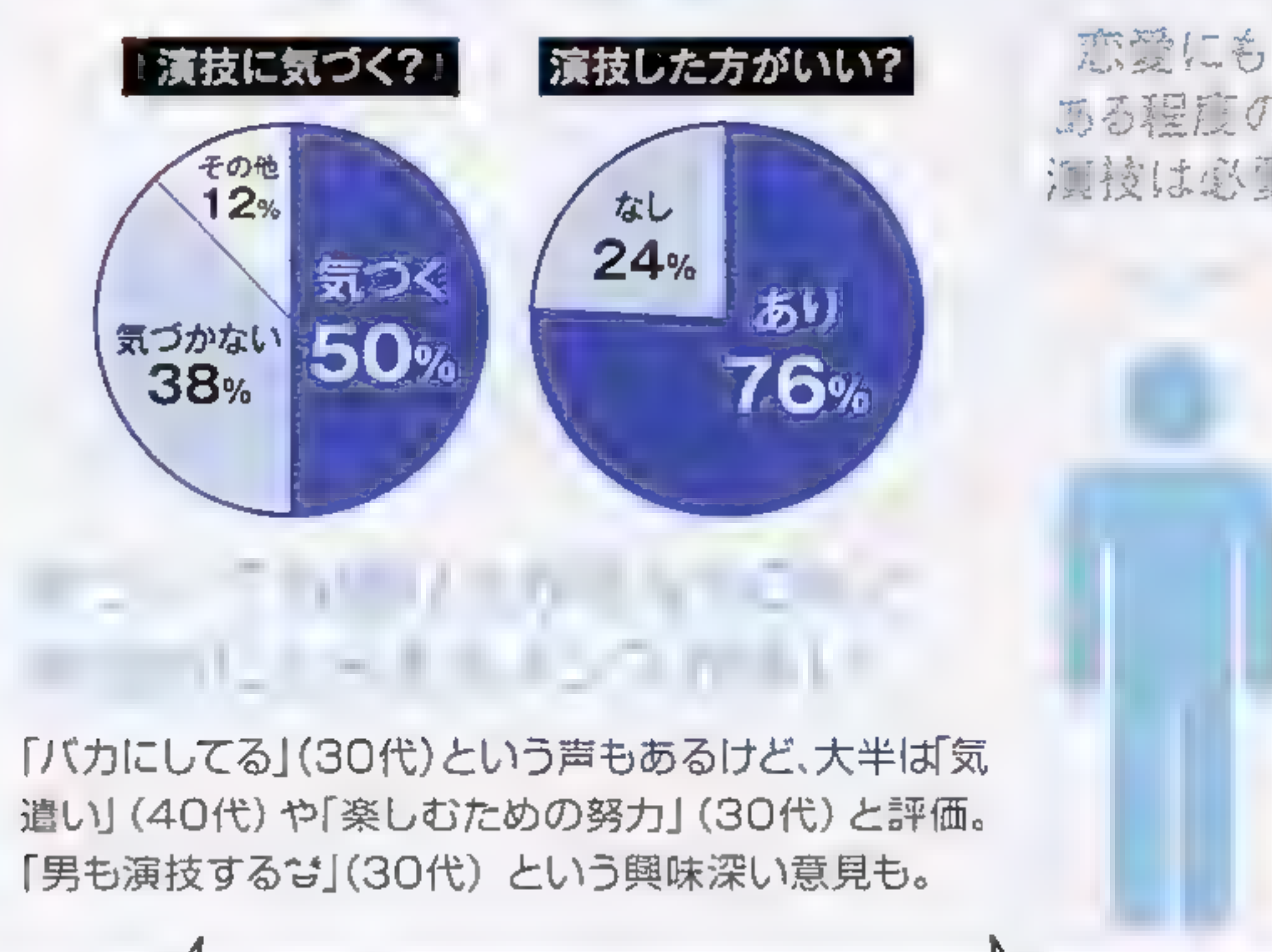
Q マグロってダメですか? どうだとマグロだと思えますか?



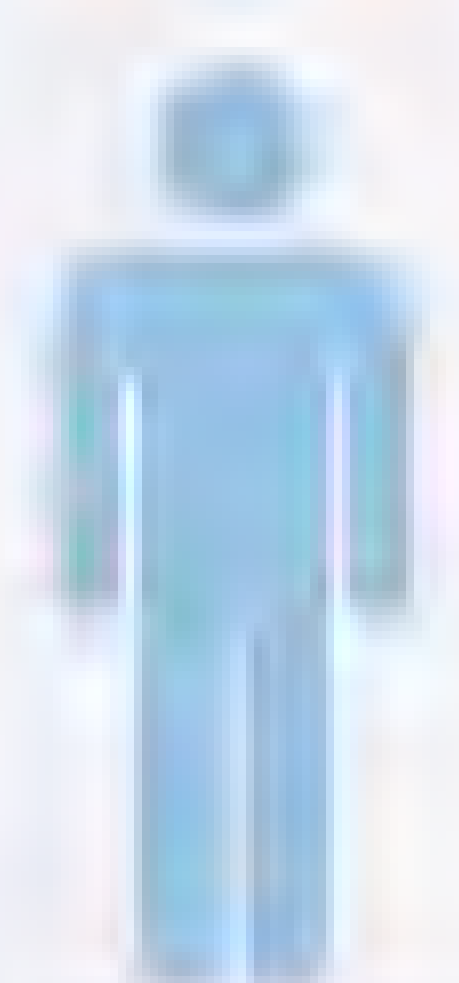
これはマグロ
「何をしても無反応」(30代)というが本家のマグロ。そこそこの反応をしている「すべて男任せ」(30代)、「自発的行動がない」(40代)など「何の努力もしない人」(30代)はマグロ認定されるので気をつけて。

「苦手な人もいる」(40代)と理解を示す人もいるけど多くは「2人で楽しみたい…」(20代)とため息。逆に「自分好みに開発できる」(30代)と燃えたり「気持ちよさは同じ」(20代)と割り切る人も。

Q SEX中の演技って 気づきますか? 演技はした方がいい? しない方がいい?



「バカにしている」(30代)という声もあるけど、大半は「気づき」(40代)や「楽しむための努力」(30代)と評価。「男も演技するぞ」(30代)という興味深い意見も。



本当にイクには?

我慢も恥じらいも捨ててイクことに集中すべ!

「その部分に集中!!!」(31歳/既婚)し、「自分の好きなように動く」(28歳/彼氏なし)という声。「クリとピストンを運動。奥に押しつける感じで」(35歳/既婚)という声も♥

演技はSEXを盛り上げるためのエッセンス★

時々という回答も含め演技する人は全体の85%!

「雰囲気作り」(30歳/彼氏なし)、「気分を上げるため」(31歳/既婚)など理由は主に自分が楽しむため。「いつもマグロじゃ失礼だから」(32歳/彼氏あり)というケースもあり。

女はみんな女優です♥

ラブ 愛の頂き♡

SEX頻度が高いほど標高もUP。ずっとピークはムリでも、ある程度の高さを維持することがレスを防ぐ要因の1つに。

もっと高め
合いたい♡

約6カ月め♡

たっぷり
イチャイチャコース♡

カラダよりココロの
相性重視コース♡

即SEXレスでも
OKコース♡

交際スタート地点

ここからの盛り上がりで大きく3パターンにコースが分岐★ 方向性が決まるまでのなりゆきは↓をご参照あれび

レスだけど
関係は安定

約3カ月め♡

時々すれば
十分だよ

約4カ月め♡

分岐ポイント1

カラダの相性

適度に合えばいいけど、あんまり悪いと即レスに1回数を重ねる

SEXの相性って
何で判断してる？

抱かれ心地の良さ	43%
キスや前戯の上手さ	29%
自分への思いやり	22%
サイズ	4%
その他	2%

や前戯の上手さが大事！
大多数が本番より「抱かれた時の腕の感触」(31歳/既婚)や「肌の相性」(30歳/彼氏あり)など「抱かれ心地」(32歳/彼氏あり)を重視。キスなどの前戯で「夜のおもてなし力」(31歳/彼氏あり)を見極める人も。

“したい”タイミングの合う合わないも重要！

生活習慣やリズムを合わせてやりたいタイミングを近づける

多いのが「眠い時」(36歳/既婚)に求められる展開。リズムを合わせる以外に「酒を飲みながらAVを見る」(26歳/彼氏なし)などで性欲を養い立たせるのも有効とか！

タイミングが合わない時どうしてる？	相手にされない時どうしてる？
とりあえずやる	ひつつく！
断るor寝る	泣く！(笑)
具合が悪いフリ	諦めて寝る
さっさとイカせる	自分から襲う
その他	その他

交際開始～ルートが決まるまで★

相性が良くても悪くても
SEXが一番盛り上がるのは

つき合う前に話す人むいるけど
5割のお姉さんは

交際3カ月ごろ 交際→3回デートからの
初SEXが主流

慣れてくることでお互いの
いい部分を刺激し合える♡

ノリと勢いを卒業し慎重に
相手を見極めるようになった

「ラブラブな時期♡」(28歳/彼氏なし) かつ「鮮度と少しの慣れ」(35歳/既婚)のある時期が最初のピーク地点に。ちなみに全体の2割は「常に盛り上がってる♡」と回答び

「昔はつき合う前でも気にしなかった」(28歳/彼氏あり) 人も今は「2カ月以上様子を見る」(34歳/彼氏あり)、「絶対つき合ってから」(31歳/彼氏あり)と慎重になった模様。

この期間のココロとカラダの相性でルートが分岐！

即
SEXレスでも
OKコース♡

ただ一緒にいるだけで満足♡
速攻でレスになっても「それ以外が良ければいい」(28歳/彼氏あり)と満足のいく関係性を構築。性欲は各自ソロ活動で解消するのが基本。その分遊びの浮気に走る危険性は高め。

カラダより
ココロの相性
重視コース♡

そこそこできればOK★
気持ちが通じれば「SEXはそんなに重要じゃない」(30歳/彼氏あり)カップル。「相性が合わなければ回数を減らせればいい」(32歳/彼氏あり)と機転も利くので長く続きやすい★

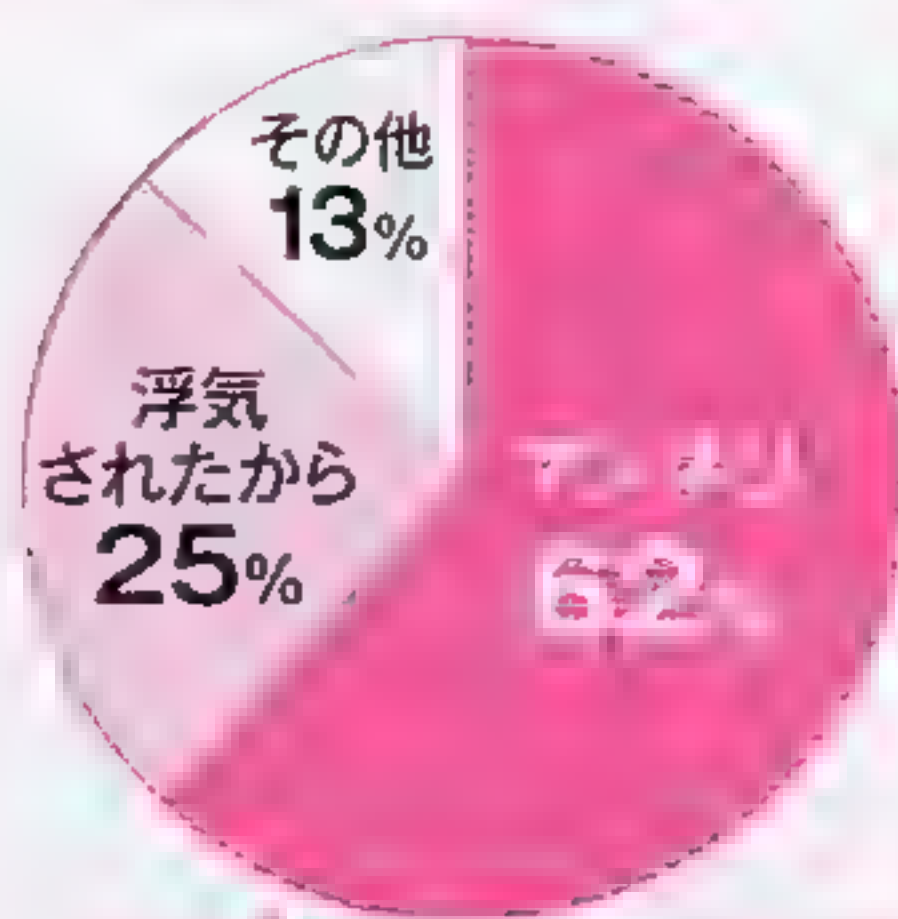
たっぷり
イチャイチャ
コース♡

SEXが最高の愛情確認活動♡
肉食同士or相性が良すぎてハマるなど、SEXに最高の幸せを感じるカップル。心が通じていても「ないと不安になる」(28歳/既婚)という人は常にマンネリさせない努力が必要び

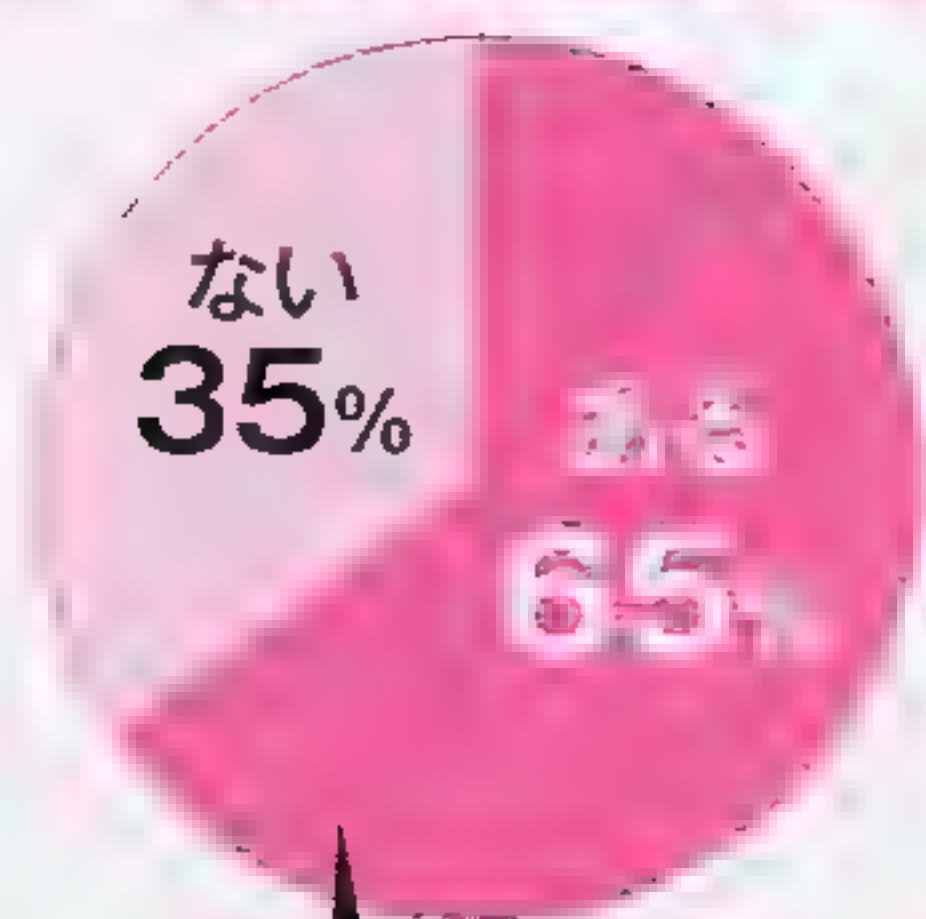
Q 浮気がバレたことはある？



Q 浮気に走る理由は？



Q 浮気やセフレさんが自分の心の中に入ってしまったことはある？



若かったし成り行きが多かった気がする！
(29歳/既婚)

本命以外との関係と
性欲の解消法も変わった！

若気の至りで 浮気に走った結果 なんだかんだで本命の方が 一番落ち着くと気がついた！

浮気がバレないためにしていた私たちの裏工作♡

「夜遊びキャバを定着させる」(32歳/彼氏あり)、「浮気相手の連絡先は女のYの名前で登録」(31歳/彼氏なし)、「浮気後のHはいつも以上にアソコを締める」(29歳/既婚)、「ヤった次の日に別れればバレない」(33歳/彼氏あり)

Q 浮気相手とは本命とどう違う？

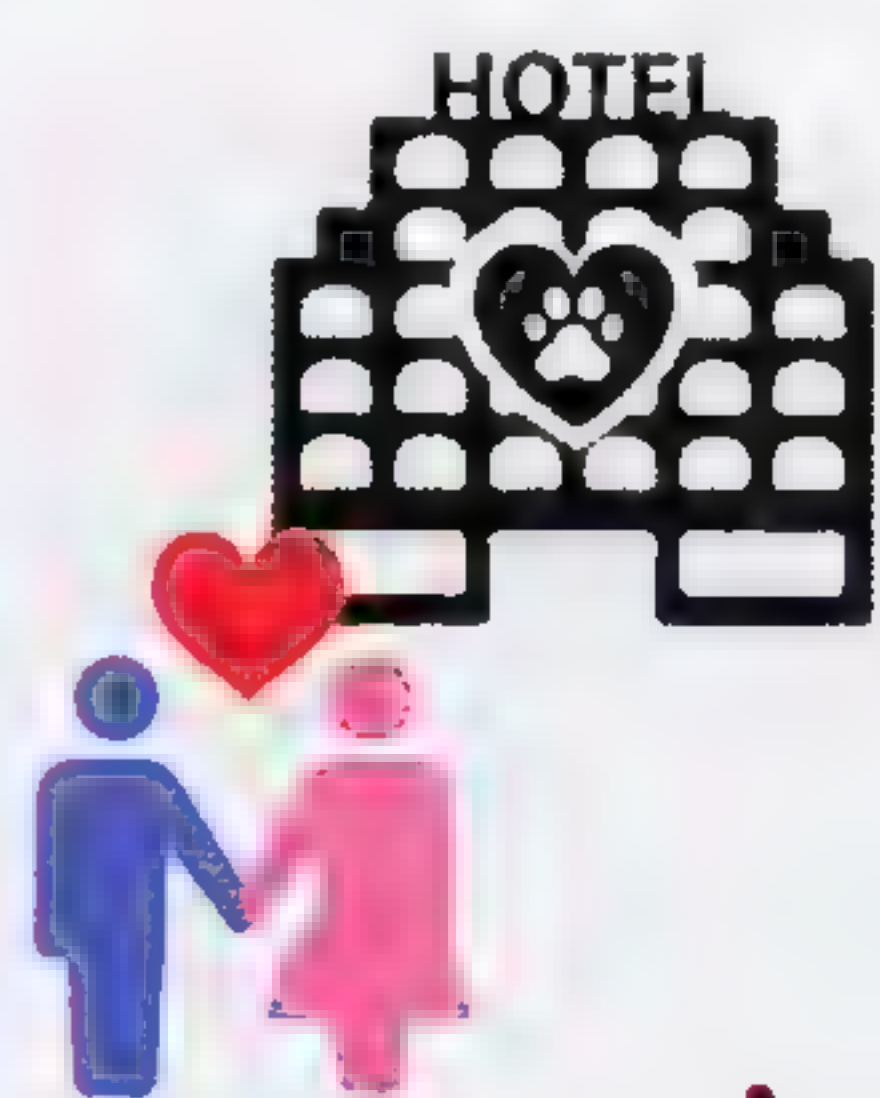
ドキドキ感.....41%
尽くしてもらえる.....28%
気を使わない.....24%
特になし.....17%

浮気相手とは本命だけじゃ満たされない部分を補うもの

過去に「浮気された」と「浮気してた」の割合を比べると、結果は僅差。確信の持てない浮気もある分、男性側の非が大きく見えるとはいえず、どちらもどちな印象。

彼氏や旦那に「浮気されたら別れる!!」(33歳/彼氏なし)、「ショック過ぎて死ぬ!!」(31歳/彼氏あり)という人も多いだけに、理解不能な人も多し。気になるのは、なぜ本命がいるのに浮気に走るのか、ということ。

まずはその理由から調査。多いのが「一緒にいてもつまらない」(31歳/既婚)などのマンネリや「SEXレス」(35歳/彼氏なし)、「成り行き」(28歳/既婚)など。また「浮気された」(29歳/彼氏あり)相手へのあてつ



「やっぱり本命が一番!」と悟りを開くと浮気心も沈静化

でも、あくまで本命の「穴埋め」役のため、相手選びの審査は厳しめ。バレたらヤバイというリスクを冒すだけに「相性とテクは絶対」

Q 本命以外に浮気されたことはある？

ある.....59%
されてるかも.....23%
ない.....18%

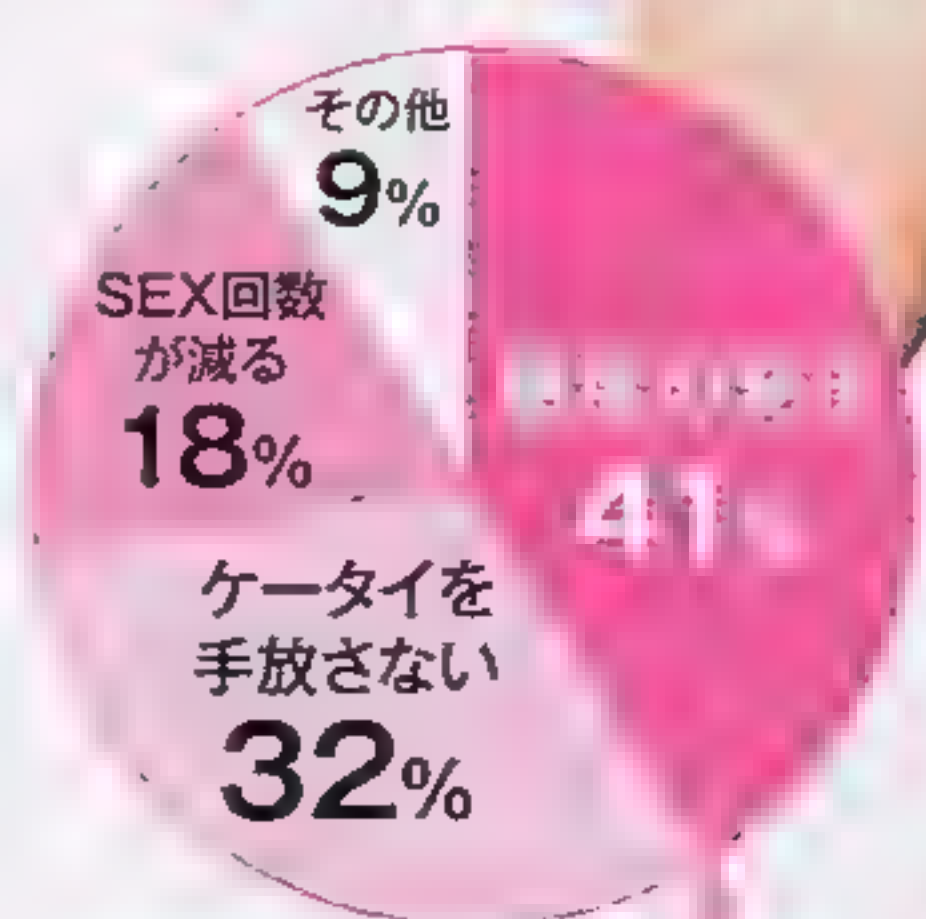
(27歳/彼氏あり)、「尽くしてくる人」(30歳/彼氏なし)など譲れない部分は多そう。と書くと浮気相手に対するこだわりが強いように見えるけど、結局のところ本命に冷めてる人以外は「浮気はただの浮気」(33歳/既婚)と割り切ってる派が大多数。

「絶対的な本命がいるから楽しい」(28歳/彼氏なし)、「浮気相手には心が入らない」(27歳/既婚)、「安心感があるのは本命」(30歳/彼氏あり)とある意味、男性顔負けの潔さ。

やっぱり揺るぎないのは、本命への愛なんですね。なのに浮気するときはする...。ないものねだりとはいえ、女心って複雑。

ちなみに「浮気のおかげで本命の良さを再認識」(31歳/既婚)との声も。雨降って地固まるの如く、その後落ち着く人も多いとか。めでたしめでたし。

Q 浮気相手に対する浮気の非難は？



Q 浮気は許せる？

許せない.....68%
許せる.....15%
バレなければいい.....17%

my child, Business,
Friends, Beauty,
Work-Out, etc

眠れぬ夜の淋しさも 抑えきれない性欲も

セフレよりセルフで 解消するようになった!

癒された時期もあったけど
セフレは恋愛対象外!

現在進行形はさすがに少なくなったものの、約半数が「セフレ経験あり」と回答。理由は「淋しい時間を埋めたくて…」(28歳/彼氏なし)、「彼はいろいろな横に誰かいてほしい」(31歳/彼氏あり)など主に淋しい時。「本気じゃないから気兼ねなくできる」(33歳/既婚)、「気を使わないから楽」(26歳/彼氏なし)という反面、「必ずあとで面倒くさくなる」(30歳/彼氏なし)という声も。本気度が低いだけに、セフレから本命への昇格も全体の3割とかなり低め。というより、「スタートがセフレという時点で好きになれない」(28歳/既婚)、「イケメンだけど性格がNGなヤツがセフレ」(28歳/彼氏なし)など、ほとんどが恋愛対象外。

結婚を意識し出すアラサー世代が「将来性がない」(28歳/彼氏なし)とセフレを手放していくのも自然な流れ。逆に手放さなくち

や「時間のムダ」(30歳/彼氏あり)だしね。そんなわけで、時代はセフレからセルフへ。ありがたい、さようなら、セフレくん…
**好きな時に自由に楽しめる
セルフは女子力UPにも**

「性欲をセルフで処理」というと、想像されがちなのはいわゆる「1人H」。でも今回のアンケート調査の結果、「Hなこと以外の手段でも、十分に性欲を解消できる」と証言するお姉さんが予想以上に多いことが判明。

具体的には「ワークアウトに徹する」(29歳/彼氏なし)、「おいしいものを食べに行く」(28歳/彼氏あり)、「おしゃべりや美容で発散」(30歳/既婚)、「仕事に集中」(30歳/彼氏なし) などなど、めっちゃ健全。もちろん自分の指でしたり、おもちゃを活用する人も健在。こちらは性欲に限らず「ストレス発散」(34歳/彼氏あり)、「女性ホルモンが活性されて美容にイイ」(28歳/彼氏なし)などのメリットも多いのだとか。

自分の体と向き合うことで「イイ部分がわかる」(27歳/既婚)ため、「よりSEXで感じたい」(26歳/彼氏あり)とレッスン感覚で取り入れる人も。これも立派な女磨きだね!

- Q セフレは恋愛対象外?
- ・友達と遊ぶ (25歳/彼氏なし)
 - ・仕事や趣味に集中! (33歳/彼氏なし)
 - ・寝る (26歳/彼氏あり)
 - ・ジムで運動 (29歳/彼氏なし)

Hなこと以外でも
性欲を解消
できる?

できる 92%
ムリ! 8%

アラサーの
ぶっちゃけ♡

私たち、ムラッとした時こうしてます♡

最近はお肌がオシヤト! 夜の美容家電

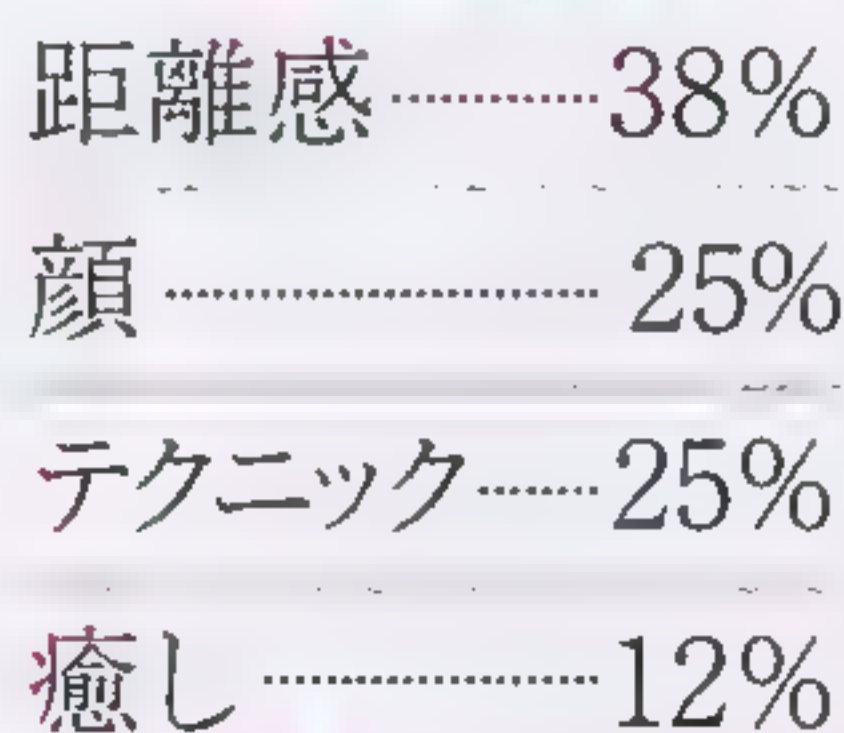


Q セフレから
本命に変わった
ことがある

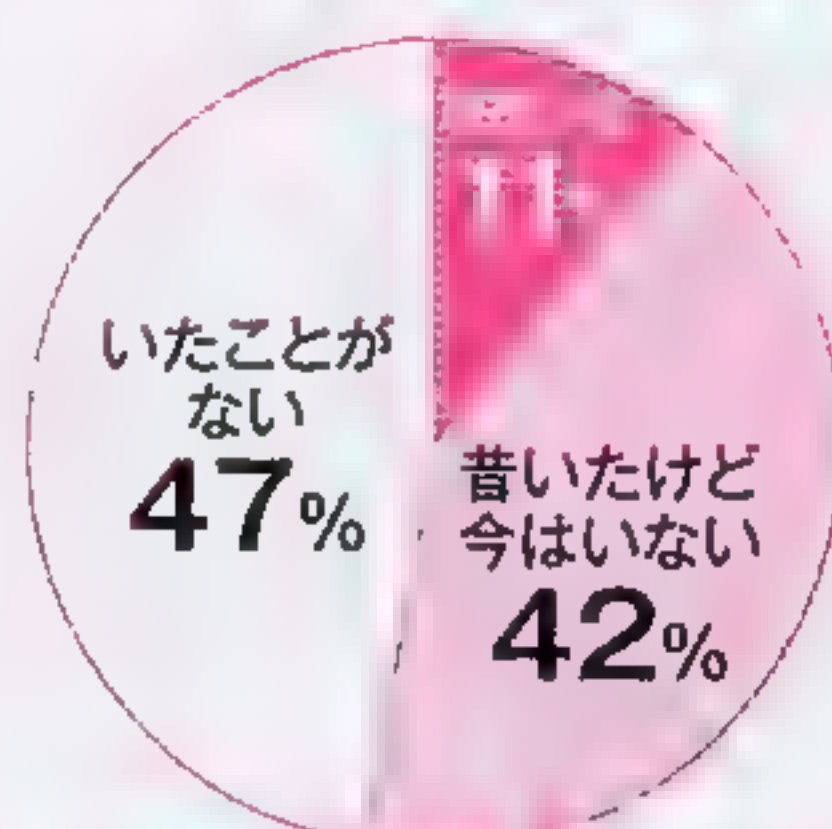


そんな軽いヤツ
好きにならない!
(29歳/彼氏アリ)

Q セフレに
おめえ
恋する



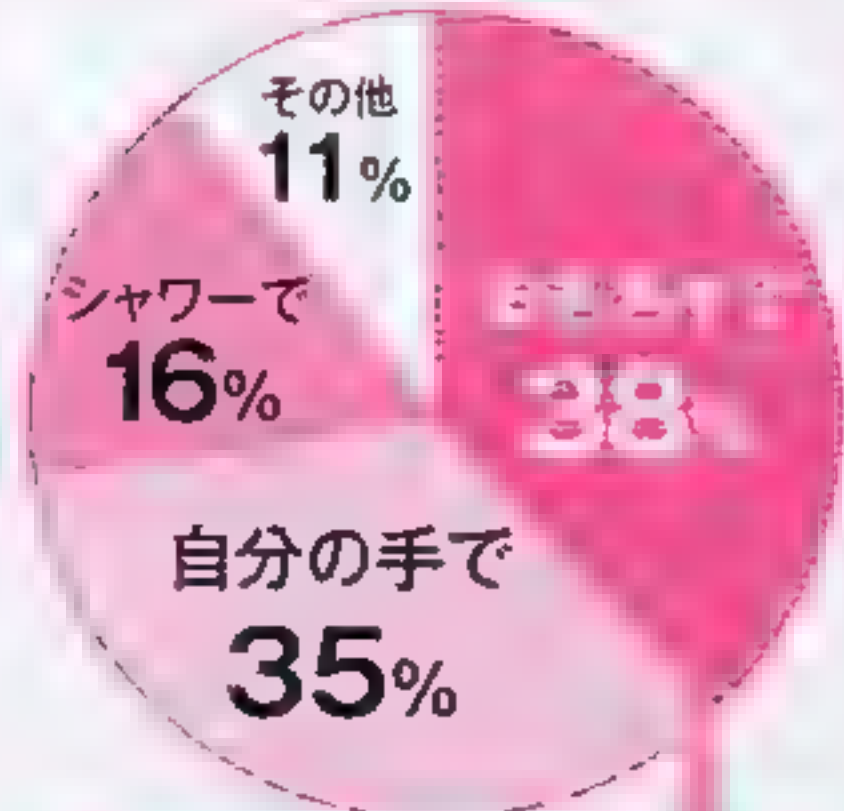
Q これまでの
人生でセフレが
いたことがある



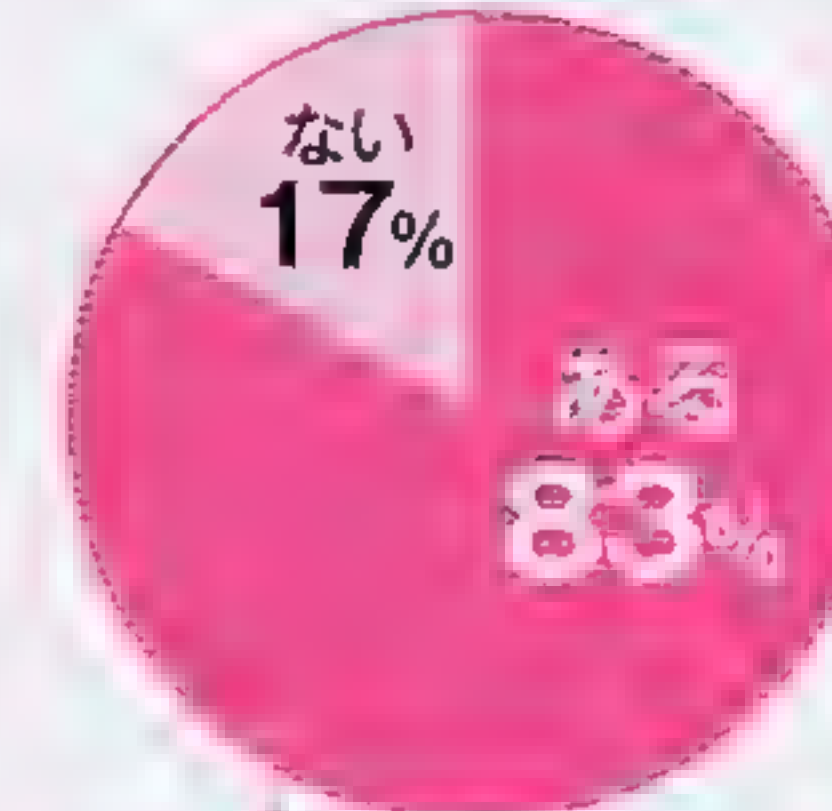
Q 1人でやる
メリットは?

- ・気を使わないから楽 (27歳/彼氏あり)
- ・好きな時にイける (29歳/既婚)
- ・すぐ終わる (31歳/彼氏なし)
- ・自分のツボがわかる (26歳/彼氏なし)

Q どんな方法で
やるのが
いい?



Q 1人Hの
頻度は?



SPAを思う存分味わえる ラグジュアリーを体感

デザイナーズホテルとして、上質で洗練された空間。
露天風呂、岩盤浴、サウナ、マッサージチェアなど充実のプライベート
スパグループ全7店舗が、東京都新宿区歌舞伎町に展開。

HOTEL FORSION

ラグジュアリーさが人気のデザイナーズホテルが2013年7月の全室リニューアルでさらに一段高いラグジュアリーなホテルに進化を遂げた。最上階の客室には露天風呂やプライベートガーデンが配置され、贅沢なVIPルームへと変貌した。客室内の各種設備の充実も見逃せない。ナノケアドライヤーをはじめ、全室にサウナ、ブルーレイデッキ、浴室TVも完備。全身マッサージチェアやポケットコイルマットレスを新たに配した客室もあり、女性への配慮と、快適な滞在への強いこだわりを感じられる。

東京都新宿区歌舞伎町 2-9-7

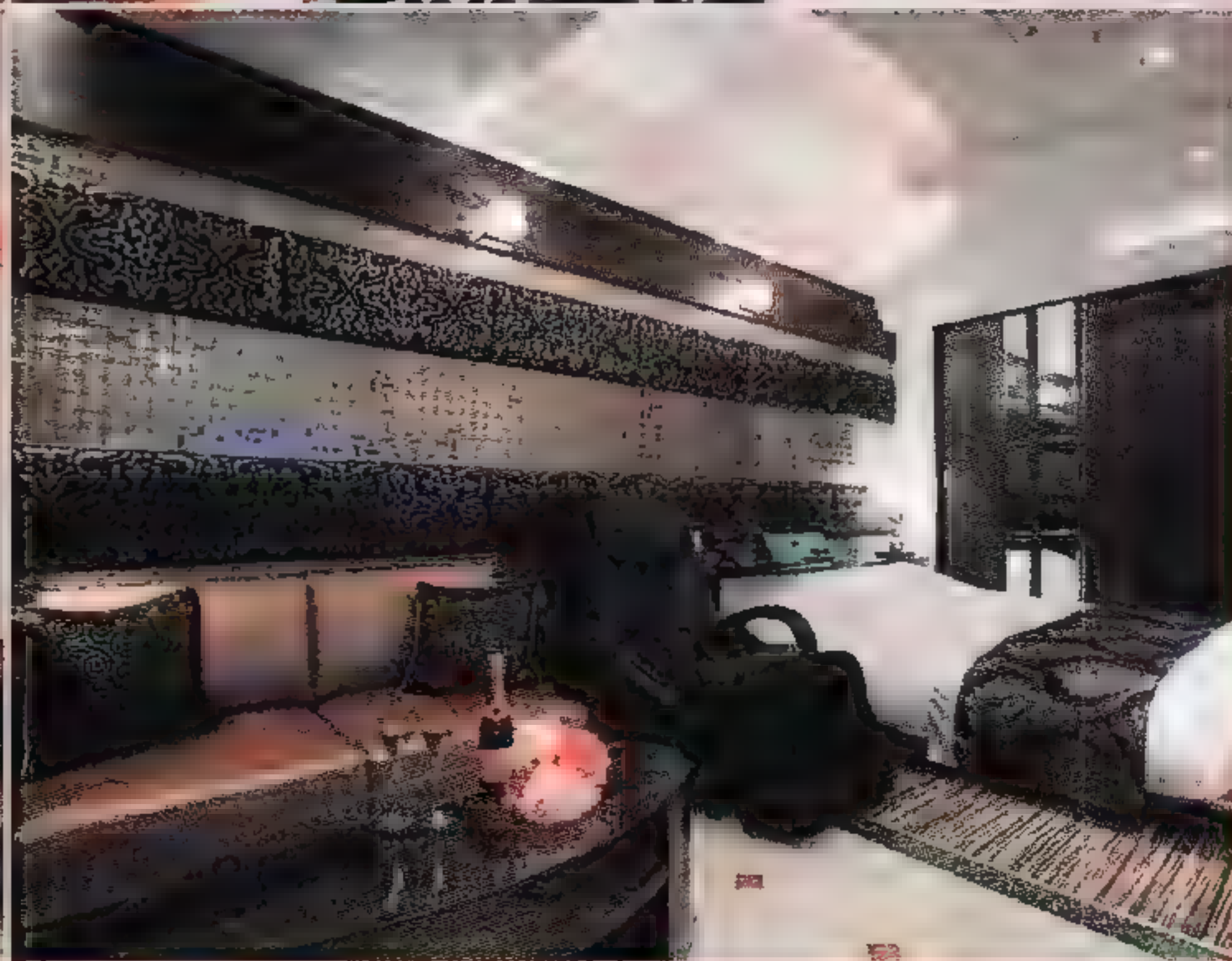
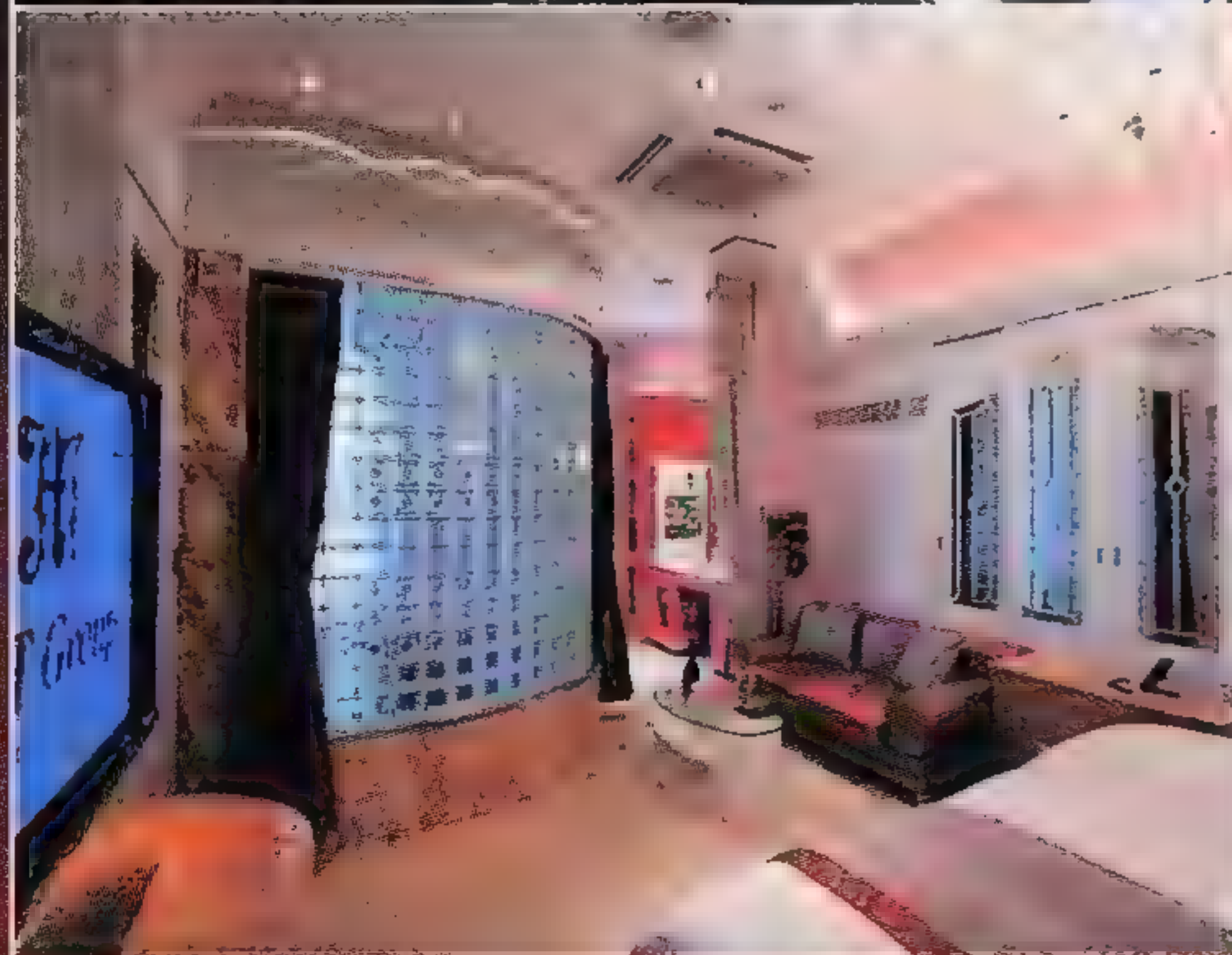
TEL: 03-3202-2591

部屋数: 38室 駐車場: 17台

アクセス: JR 東京メトロ 都営地下鉄各線

「新宿駅」から徒歩8分

西武新宿線「西武新宿駅」から徒歩8分



新宿の極上空間で

Designer's HOTEL & SPA PASHA

新宿・歌舞伎町にあるホテルの中で洗練され、注目のホテル。54室ある部屋はデザイナーズホテルとして、クラシックモダンをはじめ、洗練した洋室やアンアンタイプなど多彩なコンセプト。独創的な意匠でデザインされた外観やエントランス、ウェディングルームといったスペースもこだわりが感じられる。注目はほとんどの部屋にスパが備え付けられており、岩盤浴・スチームサウナ・ドライサウナなど、部屋ごとに様々なスパを楽しめる。その日の気分やスパを選んで、本物のデザイナーズホテルを味わう。

東京都新宿区歌舞伎町 2-10-12

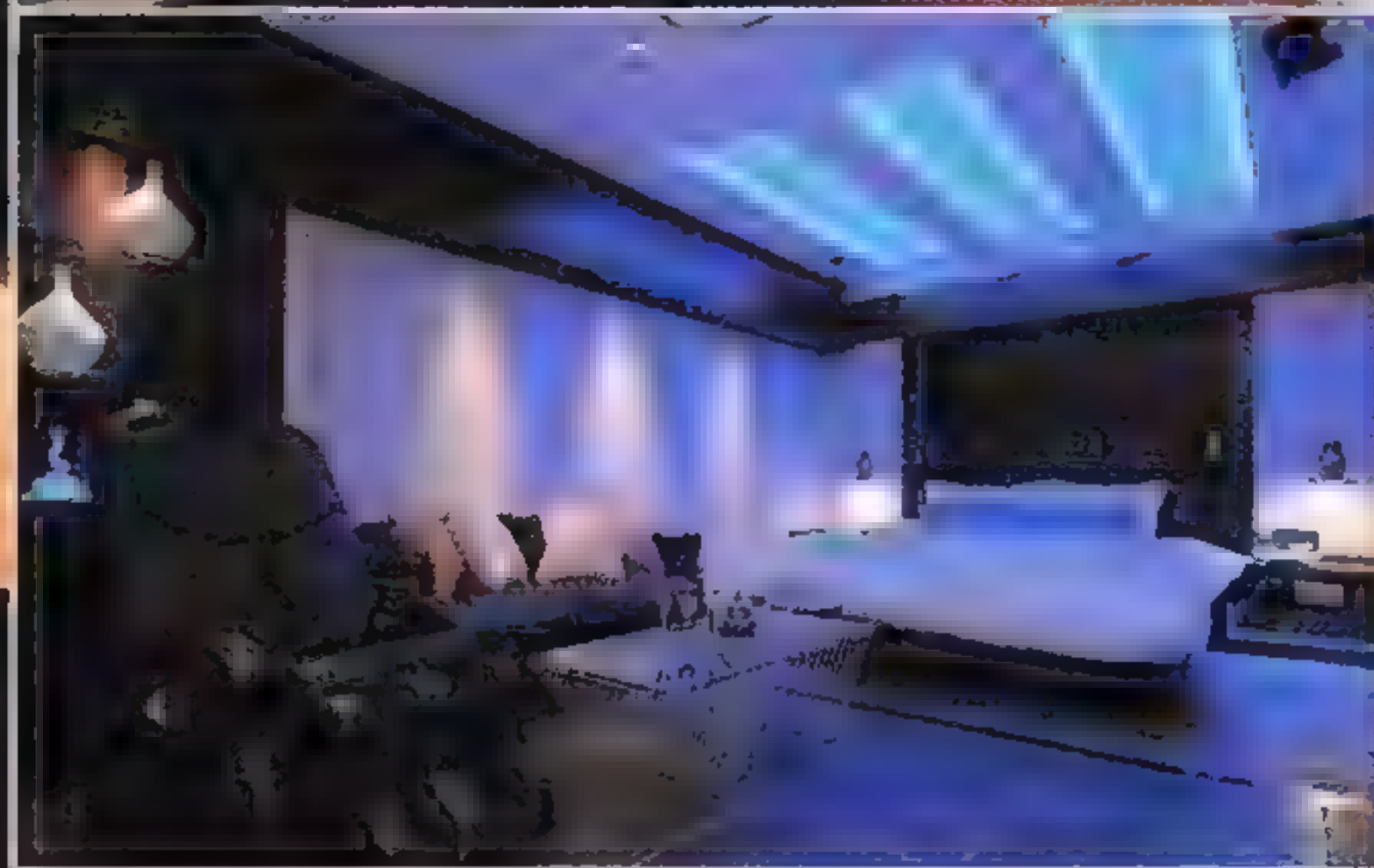
TEL : 03-3207-2031

部屋数 : 54室 駐車場 : 22台

アクセス : JR・東京メトロ・都営地下鉄各線

「新宿駅」から徒歩8分

西武新宿線「西武新宿駅」から徒歩8分



新宿 JHT グループ

検索

JHTグループは新宿に7店舗



歌舞伎町にあるJHTグループ全7店舗のホテル共通メンバーズは、5回利用ごとに3,000円が割引かれ、さらにポイントも貯まり、全ホテルでブランド品などと交換できる。



ブティック通常価格¥165,240⇒
姉ageha限定価格
¥118,000

使うほど味の出るカーフ
スキンと飽きのこないデ
ザインで長く使える♡
ショルダー・クラッチ・
ハンドバッグと、いろん
な持ち方ができるよ♡

**28%
OFF**



何気ない日もフェンディで
イイ女にアップデート♡

専属モデル(32歳/滋賀県)
既婚・息子1人・娘2人
けいこ

ハイブランドBAG特集♡

ブランドモール

にとって小物選びは重要! どんなコーデでもハイブランド
回は秋冬コーデにぴったりの女らしさを高めてくれる人気

※p078~079に掲載している商品は、すべて税込み価格です。

EDIT&TEXT_Setsuko Chigira

**33%
OFF**

ビジネス用として
も使えるシンプル
で知的なデザイ
ン。内側にあるフ
ァスナーポケット
の仕切りや取り
外し可能なショ
ルダーなど機能
面も◎!



ブティック通常価格¥237,600⇒
姉ageha限定価格
¥158,000

デイオール
DIOR

**12%
OFF**

ブティック通常価格¥475,200⇒
姉ageha限定価格
¥415,000

ラグジュアリーなデイオールなら
気分もオーラも華やく♡

専属モデル(31歳/東京都)
既婚・子なし
加賀美千紀



艶のあるキルティングと存在感の
あるロゴチャームがインパクト
大! パーティーはもちろん、ショ
ルダー付きでデイリーにも活躍★

姉agehaブランドモールはこちらから買えます♡

姉agehaブランドモール

検索

ブランドモールで販売しているブランド商品
は、海外直営店や国内業者様から直接買い
付けした新品で、すべて本物です。送料は全
国一律500円。ご注文金額が32,400円以上
(税込)の場合は送料無料になります♡



<http://www.rakuten.co.jp/onesanagehabm/>

クロエ
CHLOE

ロエベ
LOEWE

34%
OFF

ロエベの中でも人気の高いシリーズは、シックな黒&ネイビーか大人かわいいピンク、好きな色をチョイスして♥ 便利な2wayタイプ。

29%
OFF

底にある大きな円形スタッズが目
を引く、おしゃれなデザインのショ
ルダーバッグ。シンプルなコーデも
コレ1つで一気にこなれ感アップ!

ブティック通常価格¥224,640⇒
姉ageha限定価格
¥158,000

ブティック通常価格¥245,160⇒
姉ageha限定価格
¥160,000

フェラガモ

FERRAGAMO

ブティック通常価格¥178,200⇒
姉ageha限定価格
¥105,000

41%
OFF

コロんとした丸みのある形が女ら
しいバッグ。ダブルファスナーで荷
物がたっぷり入る収納力も魅力★
ショルダーにもなる2wayタイプ。

秋冬の装いを格上げ!!

姉ageha

大人っぽい華やかさを目指すお姉さん
バッグなら、それが簡単に叶います♡ 今
シリーズを集めました♥

HAIR&MAKE_Nobuyuki Sasaki HAIR_Yuko Nozaki

プラダ

PRADA

ブティック通常価格¥184,680⇒
姉ageha限定価格
¥139,800

24%
OFF

21%
OFF

ブティック通常価格¥278,640⇒
姉ageha限定価格
¥218,000

丈夫な型押しカーフスキンの、きれ
いめショルダーバッグ♡ コンパク
トなサイズ感なのにマチがあるか
ら見た目以上に収納力バツグン!

かっちりとしたフォルムに、主張し
すぎないゴールドのブランドロゴ
が大人っぽい。2wayでショルダ
ーバッグとしても楽しめる。

高額買取だから、
みんなに教えた!

簡単&楽ちん&お小遣いゲットでお部屋デトックス!

広げよう、エコリングの輪!

沙世の家へ出張買取♥

エコリングとは?

全国に74店舗を展開するエコリングは、壊れたブランド品から使いかけのコスメまで、幅広く買取ってくれるリサイクル専門店。査定&見積りのみの対応でもOKなんです♪

専属モデル
(33歳/東京都)
独身・息子1人
早川沙世



ついでに
ブランド品の
溢る返
が知りたいー

使っていない小物やバッグ、売りたいけど面倒くさくて山積み…。そんな姉世代におすすめなのが、電話1本で出張買取りに来てくれるエコリング! お部屋の生理整頓のきっかけにぜひ♥

PHOTO_Shinichi Suga EDIT&TEXT_Shioka Soga

エコリングの買取りはココが違う!

- 1 ブランドからノンブランド、壊れた物まで何でも買取ってくれる!
- 2 世界中に貿易ルートがあるので他より高額買取りがモットー!
- 3 査定を行うのは、社内の厳しい試験をクリアした鑑定資格保持者のみ!
- 4 スーツ姿の男性が自家用車で買取りに行くので近所にバレない!



4年前に海外で購入したエルメスのピコタンは、人気なので13万円の高値! キーケース&クロコのお財布は5年前に海外で買ったもの♥

キーケースやバッグとおソロで買ったジミーチュウのパンプスは3万円、赤のヴァレンティノのサンダルは2.5万円の査定!



3カ月前に購入したティファニーのアクセ。鑑定書や箱付きだと買取額も大幅UPするそう。ブランドによって箱のみでも買取ってくれる!



サイズがあっても査定額

左からシャネルJ12は25万円、文字盤に鳳凰が描かれたカルティエのパンシャは200万円、ウブロのビッグバンは110万円と、時計は高額査定★



高級時計は時計専門の



もちろんです! 洋酒の買取りも始めました!

今度はテレビの査定もお願いしたい♥

対面査定がモットーなエコリング。購入時期や使用状態をひとつひとつ確認しながら査定してくれるので、信頼できるよね!

沙世のアイテム全31点 /
トータル ¥5,890,000



エコリングの輪!!

株式会社エコリング

TEL 0120-541-050

<電話対応時間>10:00~17:30 日・水休
<http://www.eco-ring.com>

【本社】
〒672-8057 兵庫県姫路市飾磨区恵美酒213 錦ビル 本社3F
TEL 079-243-1777(代表)
FAX 079-243-2850

【東京本部】
〒104-0033 東京都中央区新川2-1-7 セルコンスクエア5F
TEL 03-6222-8660(代表)
FAX 03-6222-8675

エコリングの店舗は全国に74店舗! 出張買取可能エリア

- 東京都 千代田区・中央区・港区・新宿区・文京区・台東区・墨田区・江東区・品川区・目黒区・大田区・世田谷区・渋谷区・中野区・杉並区・豊島区・北区・荒川区・板橋区・練馬区・足立区・葛飾区・江戸川区
- 神奈川県 横浜市・川崎市
- 千葉県 千葉市・市川市・浦安市・船橋市・習志野市
- 埼玉県 さいたま市・蕨市・川口市・戸田市・越谷市・草加市・和光市
- 東京都 岡崎市・安城市・北名古屋市・清須市・あま市・春日井市・名古屋市内・日進市・豊明市
- 大阪府 大阪市・池田市・豊中市・吹田市・箕面市・茨木市
- 兵庫県 姫路市・高砂市・加古川市・加古郡・明石市・神戸市・芦屋市・宝塚市・伊丹市・川西市・西宮市・尼崎市
- 広島県 広島市・廿日市市

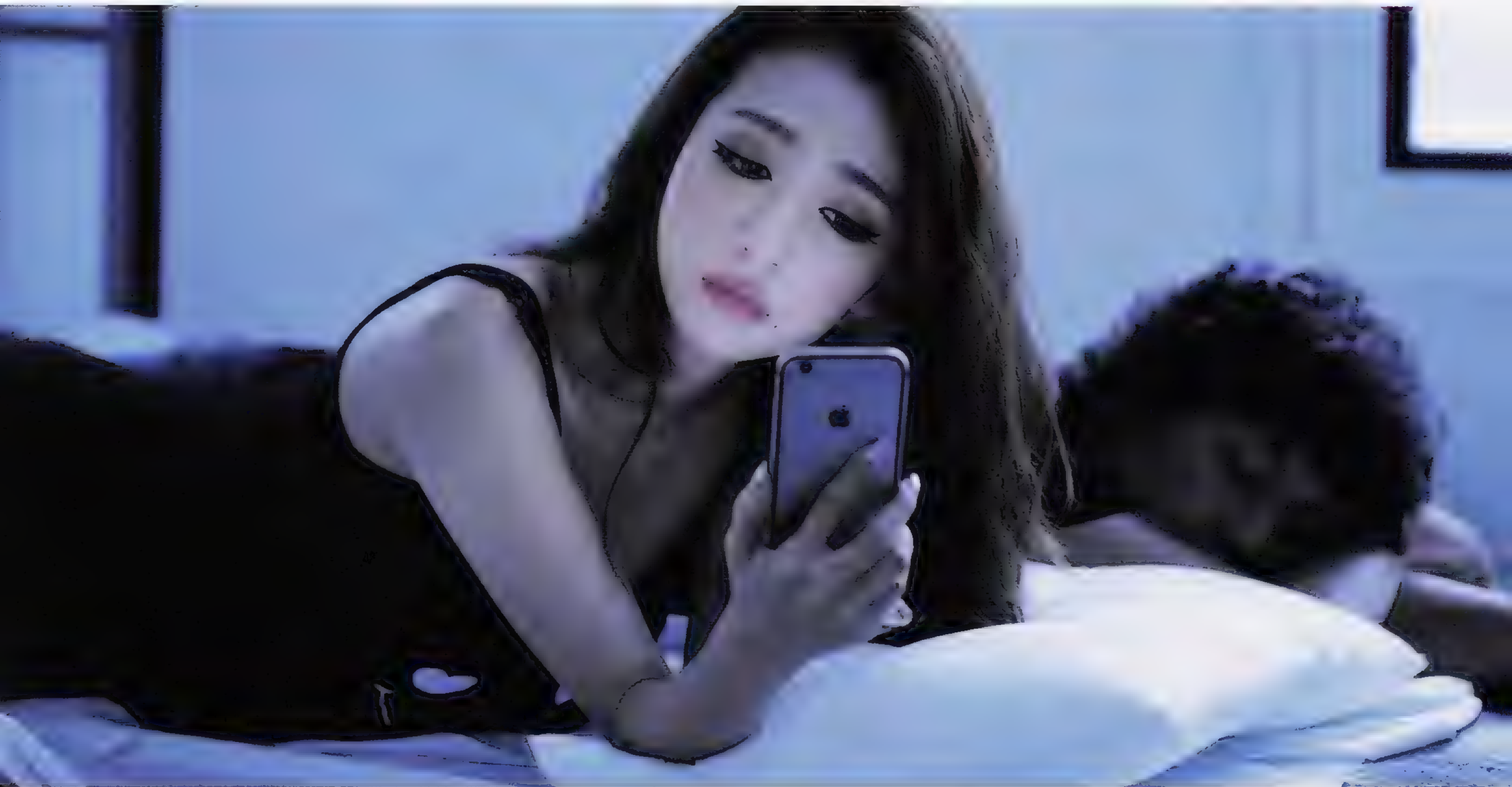


フェンディのモンスターの査定金額は3.2万円! 約柄スタッズが個性的なルパンのマルチカラーは箱付きで3万円、ヴィトン長財布エビは7万円★

vol.10 最終回「彼の携帯。毒リンゴ。サヨナラ」

突然ですが、連載 10 回目の今回で一旦カナ ISM はおしまい。最終回のテーマは、“おしまい”つながりで、彼の携帯の話。

PHOTO_Nobuyuki Sasaki HAIR&MAKE_Yuko Nozaki MODEL&TEXT_Kanae Sugiyama EDIT_Haruka Noda



「——恋愛上、相手の携帯って倫理的に言えば見てはいけないものだけど、でも今まで一度たりとも見たことないっていう人、いる？」

んー、いるとは思いますが、少ないんじゃないかなと思うんだけど。だって、自分の知らない彼がその携帯にはつまってるでしょ。興味持ったらダメっていうほうが難しい。——って言うと、カナはいつもつき合った相手の携帯見てると思われそうだ(笑)。そうじゃないからね！

本当に大切にしたい人のことは、知らないほうがいいこともある、というお話。

もう何年も前につき合ってた人。これ以上関係性が進展することはないっていう相手だった。ただ通り過ぎていくだけの恋愛。

特にワケもなく、あるときからお互いの距離が遠くなっていった。会う時間は作ってたけど、ルーティンワークみたいなもの。恋人の義務として一緒にいただけだった。お互いにもう興味の対象は外。この関係から解放されたい。でもどちらとも言ひ出さないし、表にも出さない。ズルズルとそんな日が続いていた。

カナもそんな煮え切らない空気に嫌気がさしてどんどん冷めていった。

お互いそうなら「別れましょ」って円満にサヨナラできればいいのにね。そううまくはいかないのが恋愛の面倒なところ。「好き」という理由があって始まった関係だから、終わる理由も求めてしまう。

ある日の夜、そんなことを考えてたら彼の携帯に目が止まってさ。直感。女の第六感？普段は気にならないのに、その夜は心がざわついた。見る理由はあって、見ない理由はもうなかった。

『昨日は楽しかったね♡
また一緒に寝たいな♡』

人の携帯のロックを解除するのが得意だったときがあって(笑)。指紋認証の時代じゃないやつね(最近のドラマで、寝てる旦那の指にスマホ触れさせてロック解除するシーン、よく見るけどさ、指紋認証だけのロックは恋愛の場においてはセキュリティレベル0だと思う)。

具体的にどういう技があるとかは言えない

けど、コツがある。ていうか、携帯なんて本気で見ようと思えばどうとでもなるから、本当にヤバいレベルのものは残してちゃダメでしょ。こうやって、すぐに別れても差し支えない、むしろ別れたいってとき以外はさ。

彼の携帯を見るってことはつまり、悪いものを探したいってこと。弱みとか、悪事とか。

そんなことを身をもって体感して以来、本当に好きな人とはどんなに喧嘩がエスカレートしたって、微妙な関係が続いたって、携帯を見るという選択肢はなくなった。

知りたくないよ、好きな人の弱みや、外でどんな顔してるかなんて。いつも変わらず私の前で笑っていてくれるなら、それでいいじゃん。

知らないほうが幸せなこともある。知らずにいれば、そのまま幸せが続くこともある。裏切られていたとしても、自分のもとに戻ってくるんだから、いいんだよ。

実際本当にそうになったら嫌、許さない、100倍返し。でも。

結婚を意識する歳になってからそんな風になるようになった。どんなに仲良くても、信じてる相手でも、ある程度の距離って大事なんだよね。礼儀というか。それは彼氏でも、友達でも、家族でも。踏み込んではいけない一線って必ずある。

うまくいく距離を見つけられるのが大人の付き合い方。我慢したり、近づきすぎるなってことじゃなくて、お互い幸せでいるための調整。何しても許される相手はいないのと同じように、何もかも知り尽くしていい相手はいない。だから、そのさじ加減をうまく測れるのが、大人なんだなって。若い頃は、彼の何もかもを知りたくて、独占したかった。でもそういう考え方が子供じみてたんだね。

つい彼の携帯を見ちゃう人。距離の取り方が下手な人。彼の好きな部分だけを見て生きていくっていうのも、悪くないと思うな。

ああ、カナはまず、大事だと思える人を探すことから始めなきゃなんだった。

というわけで、相変わらず恋愛難民のカナでした。それじゃあ、またね！」

今回の心理テスト

Q. 恋人の手帳が無造作に開いたまま置いてあります。見てはいけないと思いつつのぞいてしまったあなた。手帳には写真がはさんでありました。何が写っていた？

- A. 自分より美人の見知らぬ女性 B. 飼っている動物 C. 彼の家族 D. 彼が尊敬している男性 E. あなた自身

「かなえまの心理テスト」は、あなたの心理をのぞくためのテストです。今回のテストは、恋人の手帳に写っていた写真の正解を当てはめてみるというもの。正解は、あなたの心理をのぞくためのヒントになります。ぜひ、あなたの心理をのぞいてみてください。

Q. シミ、ソバカス、ホクロ
黒ずみ、肝斑の違いは？

A. じつはソバカス、
黒ずみ、肝斑も
シミの一種！

これはシミ？
それとも肝斑？



～第1章～

知っているようで
知らないことだらけ♡

シミとシミ取りレーザーの

Q&A

紫外線や加齢が原因なのはわかっているけど、
ほかにはあやふやなシミのこと♡ クリニックで
シミ取りレーザーをする前に、疑問を解決♪

お話を伺ったのは♡



湘南美容外科クリニック
新宿院
福澤 見菜子先生

年間約2800件の手術をこ
なし、日本形成外科学会認
定専門医としての資格も保
有♡ その美貌と外科技術
でメディアでも大人気♡



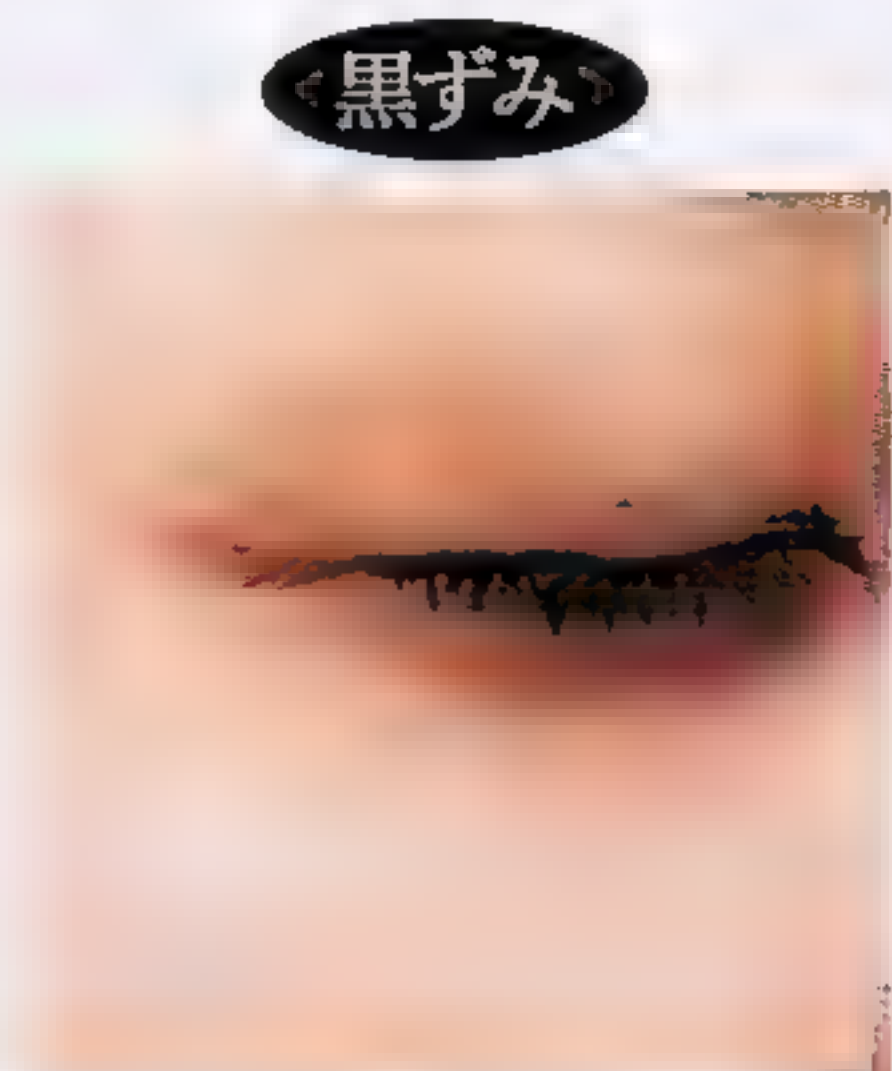
皮膚の中にメラニンが蓄積されてい
き、シールを貼ったように地肌が茶
色くなる単発性のもの。



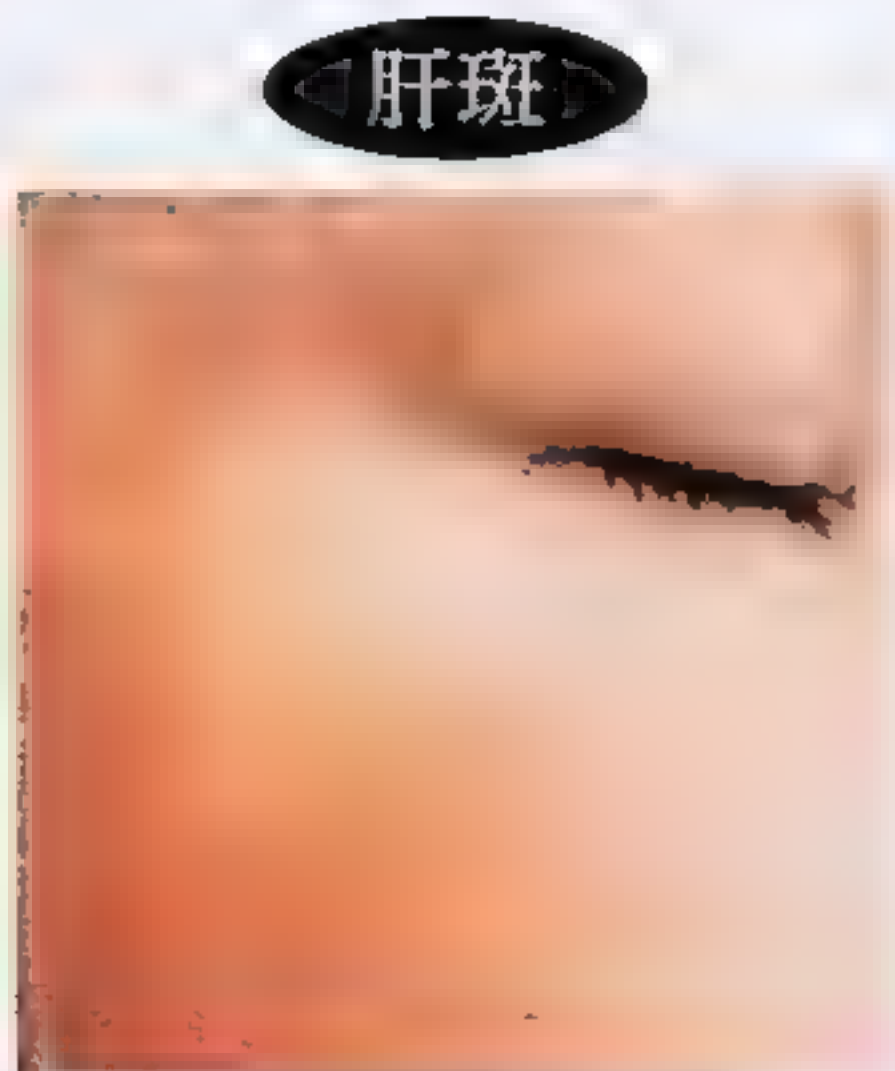
頬や鼻あたりを中心に細かくたく
さん現れ、シミよりも小さく散らば
るようにできる。



色素が濃くてはっきりしたもので、
シミと違い表面が盛り上がりし
ているものが多い。



摩擦などの刺激が強い部分に、
ぼんやりと色づいたもので、色素
が沈着してできる。



頬を中心に左右に現れ、べったりと
色づいたもの。輪郭はモヤッとして
いて、30～40歳代に多い。

Q. シミ取りレーザーができない
肌質や部位はある？

A. 絶対にレーザーを
当てられないケースは
まれですが、注意する
ポイントがあります！

この部位は
要注意★

肝斑

普通のシミ取りレーザー
だと悪化することがある
ため注意が必要。専用
に開発された、肌への
負担が少ないレーザー
を使用してください！

体のシミ

レーザーを当てることは
可能ですが、合併症と
して炎症後色素沈着（炎
症が治まったあとに発生
する茶色のシミ）のリス
クが非常に高いです。

乳輪

治療が難しい部分で、
強いレーザーを当てると
色素が白く抜け、まだら
模様になってしまうこと
があります。数カ月～年
単位での治療が必要。

まぶたのシミ

眼球にレーザーが当た
らないよう、注意深く保
護しながら施術します。
高い技術が必要なの
で、信頼できるクリニ
ックでおこなってください。



シミなし白雪肌姫♡

カラコンアドバイザー
（32歳 東京都）
美咲さん

美容室経営&アクセサリデザイナー
（28歳/東京都）既婚・子供なし
大城あいさん

ヨガインストラクター
（30歳 東京都）
真優川咲さん

にじりのない肌が
白雪肌姫の証♡

トニング&フォトシル
クを2週間～1カ月に
1回照射♡ 三度の飯
よりファッションより、肌
ケア命の美肌マニア。

美肌のために日々努力
★ 毎日のケアで手に
入れた透明感のある白
雪肌は、モデルやスタ
ッフの間でも評判♪

寝ても覚めてもアンチ
エイジングの美容オタ
ク♡ チャームポイント
以外の顔中のシミ&ホ
クロはすべて除去♡

アップルプリンセス S（ワンピース、カチューシャ）¥5,980 / ドン・キホーテ オンラインショッピング モール その他/編集部私物

食欲の秋、読書の秋…そして
お姉さんにはシミ取りの秋が来た！

どんなにUV対策や美白ケアを
していても、なぜか現れる惜し
シミ…♡ そんなとき頼りになる
のがシミ取りレーザー♡ 白雪姫の
ようなシミのない肌を目指して、
今すぐクリニックへGO～♪

PHOTO_Yoshinobu Bito THANKS_AWABEES
EDIT&TEXT_Setsuko Chigira

りレーザーとびと♡

Q. 弱いレーザー数回で取るのと強いレーザー1回で取るのは、どちらが肌にいいの？

A. シミの種類によって違います！

どちらが肌の負担が少ないかというより、シミによって出力や回数が違ってきます。紫外線のダメージでできた日光性色素斑と言われる一般的なシミには、しっかりした出力で1回での治療が多いです。逆に、肝斑は強いレーザーだと悪化してしまうので、弱いレーザーを何回も当てて治療するのが一般的★



お姉さんの一問一答 LINE ①



1度レーザーでシミを取った部分には一生シミはできませんか？

シミができる＝しやすい条件がそろってるということ！適切なケアを怠ると再発は十分考えられます！



福澤 見菜子先生

Q. レーザー以外でシミは消せないの？

A. 消せます☆ただし、毎日継続することが重要！

じつは、塗り薬や飲み薬でのシミ治療は医学的にも確実に効果があると証明されている治療法。即効性がないのであまり効果がないように思われがちですが、美容系の女医さんはほとんどやっています♡日々のケアはシミにとって何よりも大切です！

福澤先生が実践している美白ケア



大学のころから愛用している美白3点セット♡内服薬の美白効果を実感するには最低でも3ヵ月かかるので、地道に続けてください♡

トレチノイン

ハイドロキノ

年1回、秋から冬に1～2ヵ月、顔全体に毎日薄く塗ります。終了後には肌がワントーン明るくなり、キメの整ったツルツル肌に♡

Q. シミ取りレーザーをするのにオススメの季節は？

A. 紫外線が弱くなる秋以降がオススメです♡

レーザー後の肌は紫外線に対して敏感になっているので、UVケアを怠ると逆効果になってしまう場合があります♡そのため、紫外線が弱くなる秋以降がベスト！

紫外線は白雪肌の敵!!



Q. シミの原因ってなに？

A. 先天性(遺伝性)のものと後天性のもので原因が違います！

先天性 ⇒ ソバカス、扁平母斑(茶アザ)、青色母斑(ホクロよりも青みの強い塊)

先天性のシミは生まれつきのものなので明らかな原因はありません。ただ、ソバカスは一般的に両親や近い親族にあると遺伝する可能性が高いと言われています。一方、扁平母斑(茶アザ)や青色母斑(青アザ)は遺伝しないと言われています。

後天性 ⇒ 日光性色素斑(一般的なシミ)、肝斑、黒ずみ

日光性色素斑は紫外線を浴びることによってできるシミで、別名を老人性色素斑と言います。肝斑はホルモンバランスの変化、色素沈着などの黒ずみは過剰な摩擦やキズなどの刺激が原因とされています。

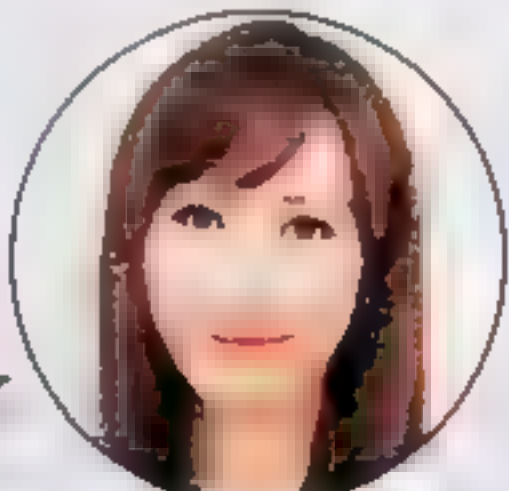
お姉さんの一問一答 LINE ②



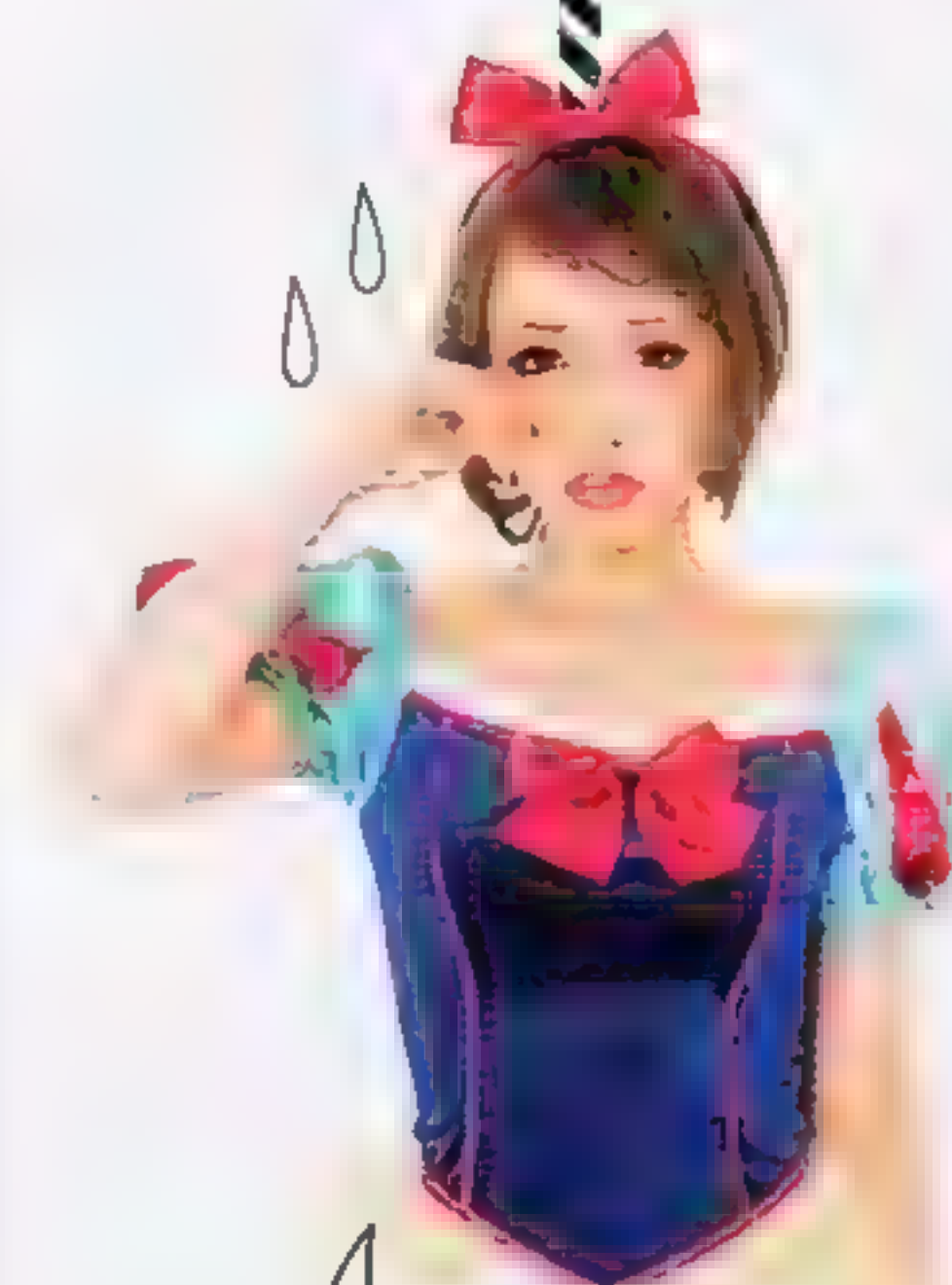
矢野ユウキさん

唇にあるシミはレーザーで消せませんか(涙)？

唇のシミは非常にきれいになる部分。ほとんどわからないくらい治療できます★



福澤 見菜子先生



どうすればいいの～♡

「鏡よ鏡、この世で一番美しい肌になれるレーザーはど～れ？」

白雪肌姫と人のシミ取

オススメのシミタイプ	肝斑
料金	初回¥1,980
施術時間	約 15 分
施術回数	1週間に1回程度で肌の状態に合わせて!
痛み	ほぼナシ♪
ダウンタイム	ほぼナシ♪
アフターケア	保湿♥
その他の効果	くすみ、美白、小顔、ニキビ痕、小じわ、毛穴、乾燥

シミ取りレーザーこびと2人目♪

インフュージョン

ノーベル化学賞を受賞した技術に応用し、美容液を肌の奥まで導入する無痛トリートメント。痛みがなく、衛生的なポイント♥



安全な機器！
世界が認める

品川スキンクリニックではパール美肌で使用☆

シミ取りレーザーこびと1人目♪

メドライトC6

レーザー治療では難しいとされていた肝斑の治療が可能。微弱なパワーのレーザーでメラニンを徐々に減少させるよ★

品川スキンクリニックではレーザートローニングで使用☆

オススメのシミタイプ	肝斑、シミ
料金	初回/顔のみ ¥2,800
施術時間	30 分
施術回数	1クール目は1週間に1回、2クール目は2週間に1回、それ以降は1カ月に1回がオススメ♪
痛み	パチパチ弾かれる痛み
ダウンタイム	ほぼナシ♪
アフターケア	保湿と日焼け止めをしっかりと!
その他の効果	シミ、色素沈着、くすみ、毛穴、キメ、ハリ



肝斑や根深いシミの治療にも最適♪

メドライトC6
インフュージョン
フォトシルクプラス

このクリニックでできるよ♥



品川スキンクリニック池袋院

⑤東京都豊島区南池袋1-25-11

第15 野萩ビル9F

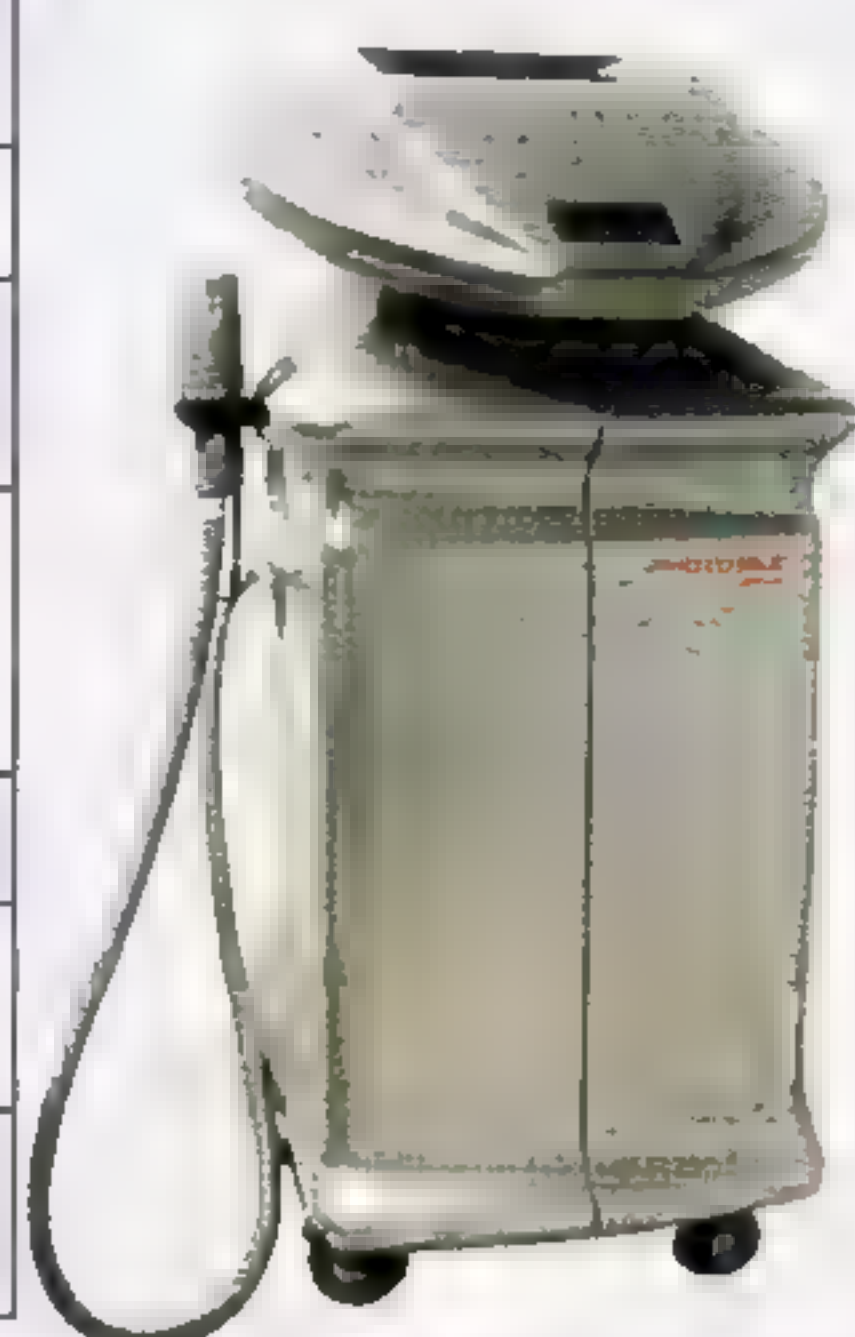
☎0120-727-400

http://shinagawa-skin.com/

フォトシルクプラス

オススメのシミタイプ	シミ、ソバカス
料金	初回/顔下 ¥7,400
施術時間	約 15 分
施術回数	3週間に1回がオススメ♥
痛み	輪ゴムで軽くパチッとほじかれたような痛み♪
ダウンタイム	ほぼナシ♪
アフターケア	保湿と日焼け止めをしっかりと!
その他の効果	ハリ、キメ、シワ、毛穴

シミ・シワ・くすみと肌の悩みを総合的に改善してくれる人気のマシン♪ 他の機種では反応しない薄いシミにも効果的!



カラーゲン増殖作用でハリや潤いもUP★

白雪肌姫は6人のシミ取りレーザーこびとに会いました♥

～第2章～ 自分のシミに最適なマシンが知りたい!

シミ取りマシン図鑑♥

いざシミ取りをしようと思っても、種類豊富で正直違いが…△そこで、オススメのマシンと、その特徴を一挙に紹介♪

シミ取りレーザーこびと6人目♪

スペクトラ

肝斑を安全&確実に治療できる最新のレーザー♪ 照射時間も短く、ダウンタイムや副作用も一切なし★ タトゥーの除去も可能。



オススメのシミタイプ	肝斑
料金	初回/顔のみ ¥2,800 (税込)
施術時間	約 20 分
施術回数	同じ部分なら最低1カ月間隔を空ける★
痛み	皮膚の上で光がパチパチはじける感覚♪
ダウンタイム	ナシ!
アフターケア	内服薬や美白クリームを使うと効果アップ♪
その他の効果	くすみ、毛穴

肝斑に効果大の最新式レーザー♪

こんにちは美肌さん♥

シミ取りレーザーこびと5人目♪

Qスイッチルビーレーザー

皮膚内部のメラニン色素を効果的に破壊するため、確実なシミ治療を実現★ 数日間かさぶたができるので注意。

湘南美容外科クリニックではシミ取りレーザーで使用☆

ピンポイントのシミ治療に◎!

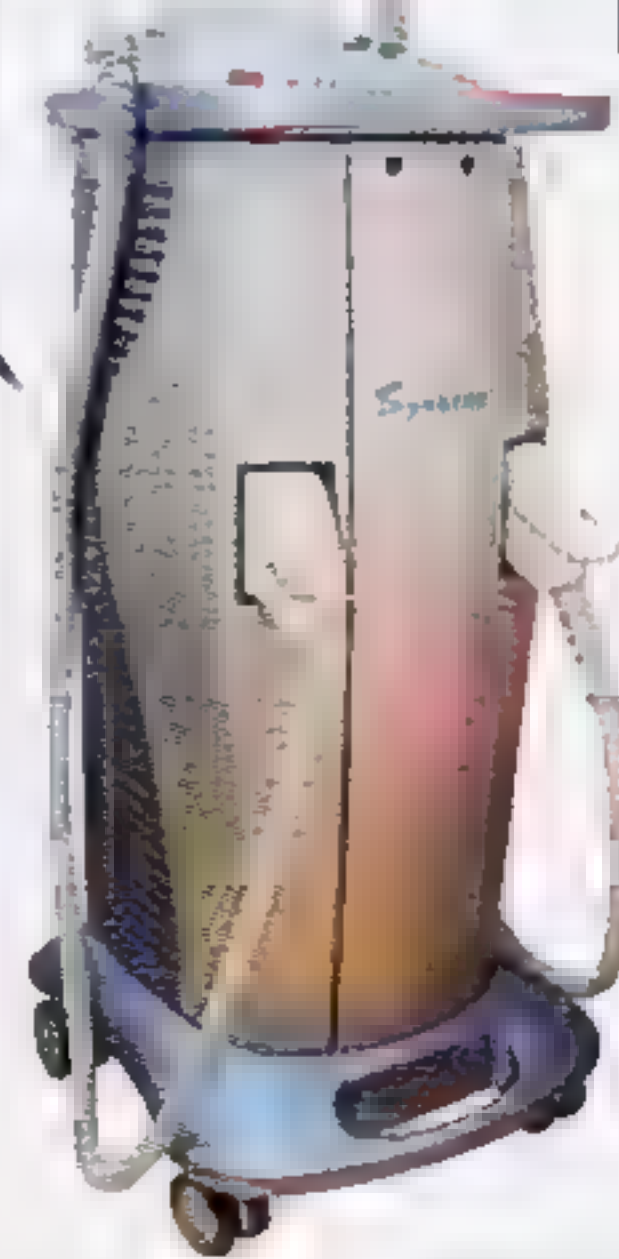


オススメのシミタイプ	日光性のシミ
料金	2mm 以下 ¥2,430 (税込)
施術時間	1 個あたり数十秒
施術回数	同じ部分なら最低1カ月間隔を空ける★
痛み	軽くゴムでパチッとほじかれた程度♪
ダウンタイム	約 1 週間
アフターケア	術後 2 週間は UV ケアをしっかりと! 内服薬や美白クリームを使うと効果アップ♪
その他の効果	ナシ♥

シミ取りレーザーこびと4人目♪

フォトRFアドバンス

シミだけでなく赤ら顔やたるみも一度にケア♪ 脱毛効果もあるので、口まわりのうぶ毛処理も不要に★



2種類の高周波でアンチエイジングも♥

オススメのシミタイプ	シミ、ソバカス
料金	初回 ¥2,000 (税込)
施術時間	約 20 分
施術回数	月に1回がオススメ♥
痛み	ナシ!
ダウンタイム	ナシ!
アフターケア	内服薬や美白クリームを使うと効果アップ♪
その他の効果	くすみ、赤ら顔、たるみ、うぶ毛

フォトRFアドバンス
Qスイッチルビーレーザー
スペクトラ

このクリニックでできるよ♥



湘南美容外科クリニック
新宿本院

⑤東京都新宿区西新宿6-5-1

新宿アイランドタワー12F

☎0120-489-100

http://www.s-b-c.net/



今、話題のクリニックにいきましょう♪

美容オタクなお姉さんたちに大人気の、レーザートーンニング専門『YAG BEAUTY CLINIC』を体験レポート！

このマシーン
を使用♡

肝斑も治療できる
メドライトC6



レーザー開始☆

アイガードで目を保護してから照射スタート♪ 線香花火のような火花がパチパチと当たっている感じだけど痛みはナシ！ 口のまわりなどは少し強いけど、我慢できるくらいの痛みだよ♡



ほとんど痛くない♡

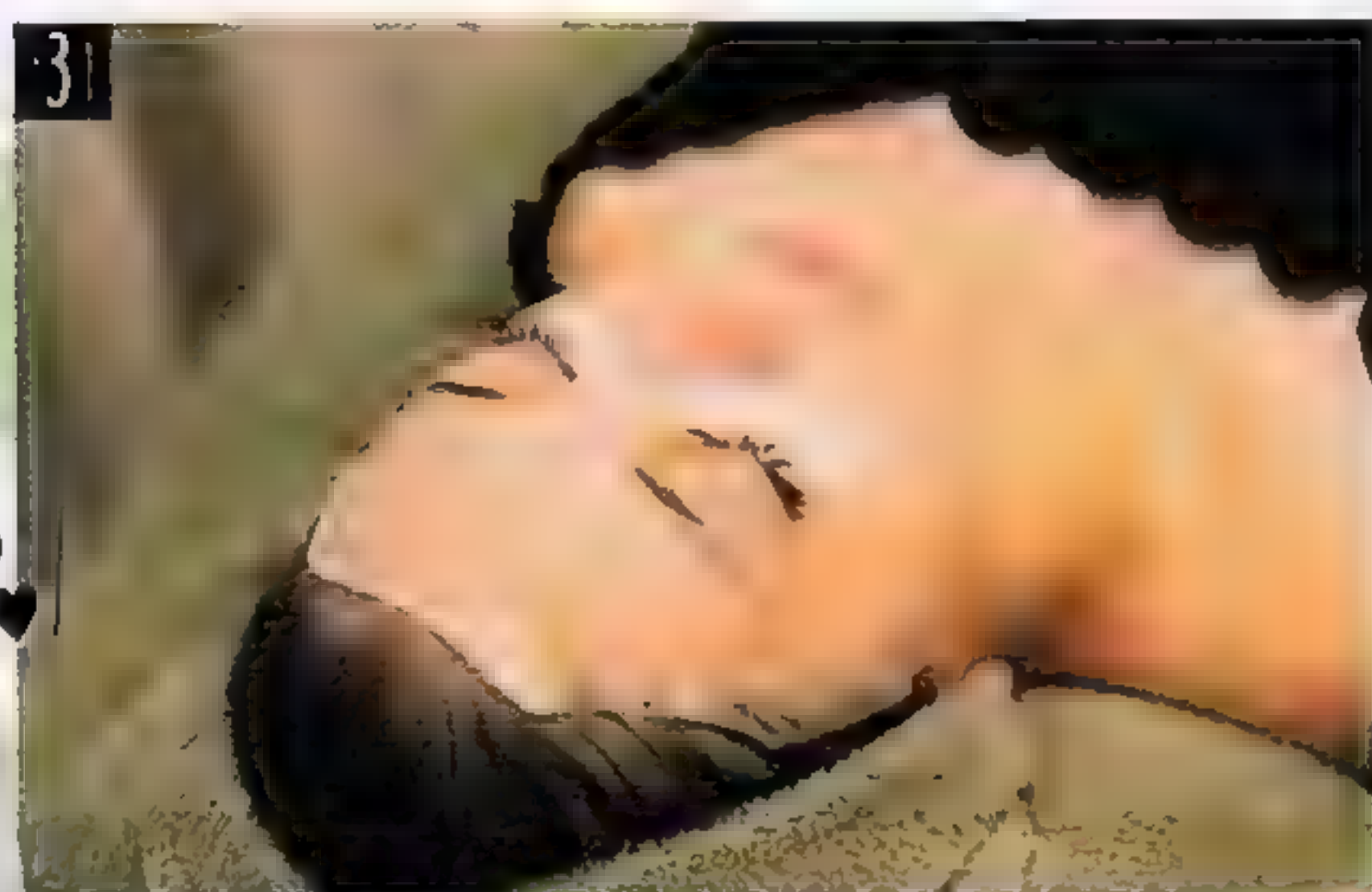
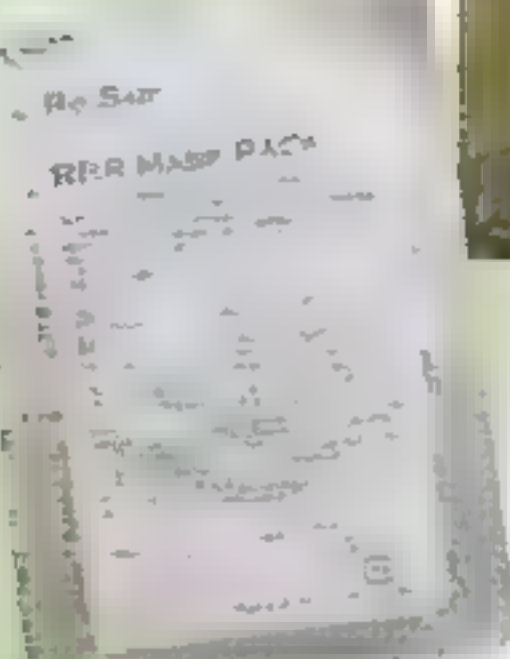


ピンポイントで照射できるから、目のキワや唇のシミにもOK♪ シミや肝斑のような特定の色素のみに反応する性質を持っているから、周辺の皮膚へのダメージを最小限に抑えられる★

優花も愛用してる
オリジナルパック

RRR マスクパック
1枚¥1,400

あらゆる肌悩みに効果的な成分を高濃度でブレンドした、クリニック開発のパック♡
<http://cosme.t-i-b-c.jp/>
でも購入できるよ！



スペシャルパック♡

約10分の照射が終わったらオリジナルのパックでアフターケア★ 一般的な医療パックの5倍の成分を配合していて、冷たいパックが火照った肌をクールダウンしてくれるよ♡

START

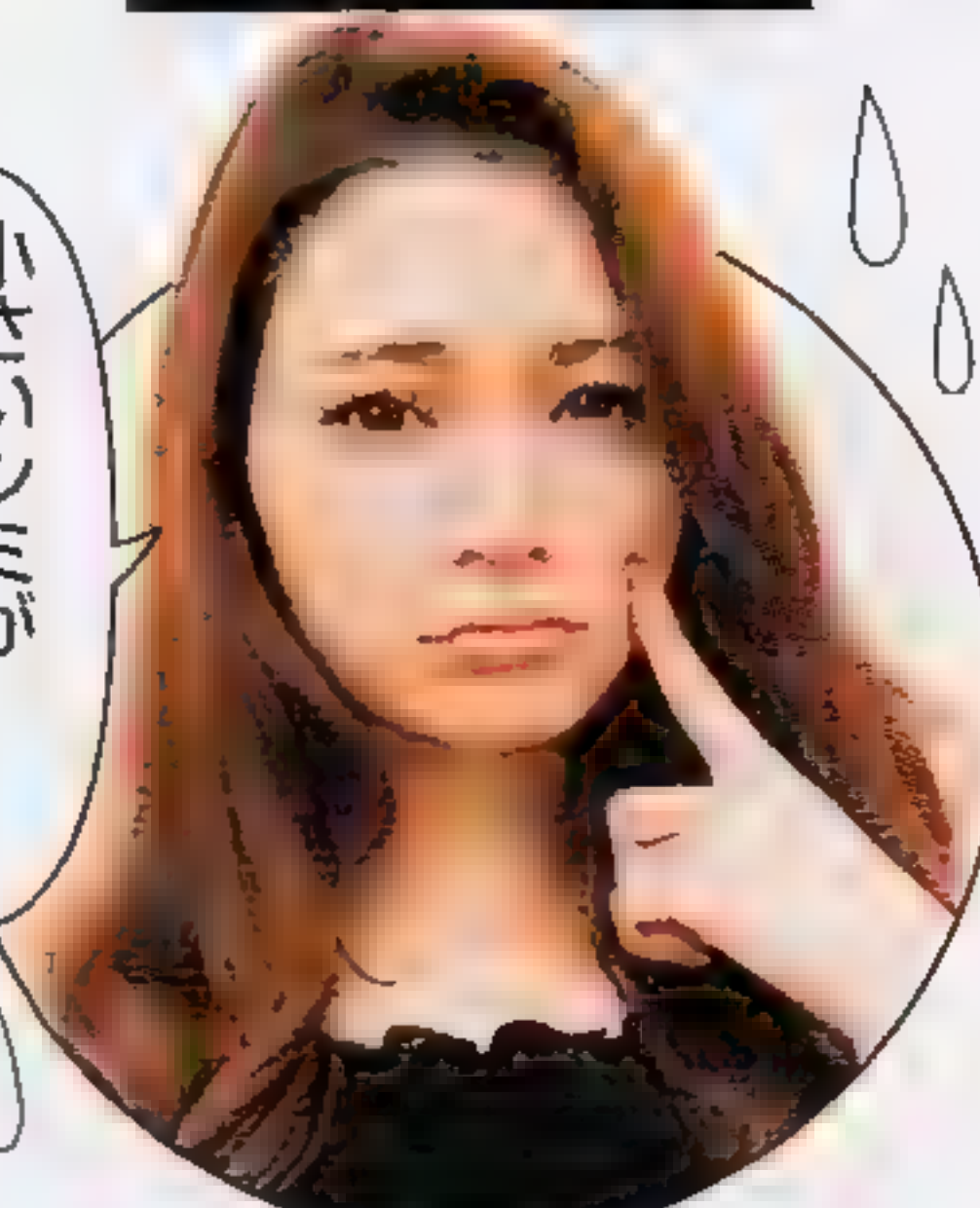


カウンセリング

クリニックに着いたら、まずはメイク落とし★ 準備ができたら施術前にカウンセリングをするよ。シミについての疑問や施術に関する質問など、先生がわかりやすく説明♡

体験したのは★

小さいシミが
ドンドン出てきた♡



バー店員 (28歳/東京都)
独身・子供なし
矢野ユウキさん

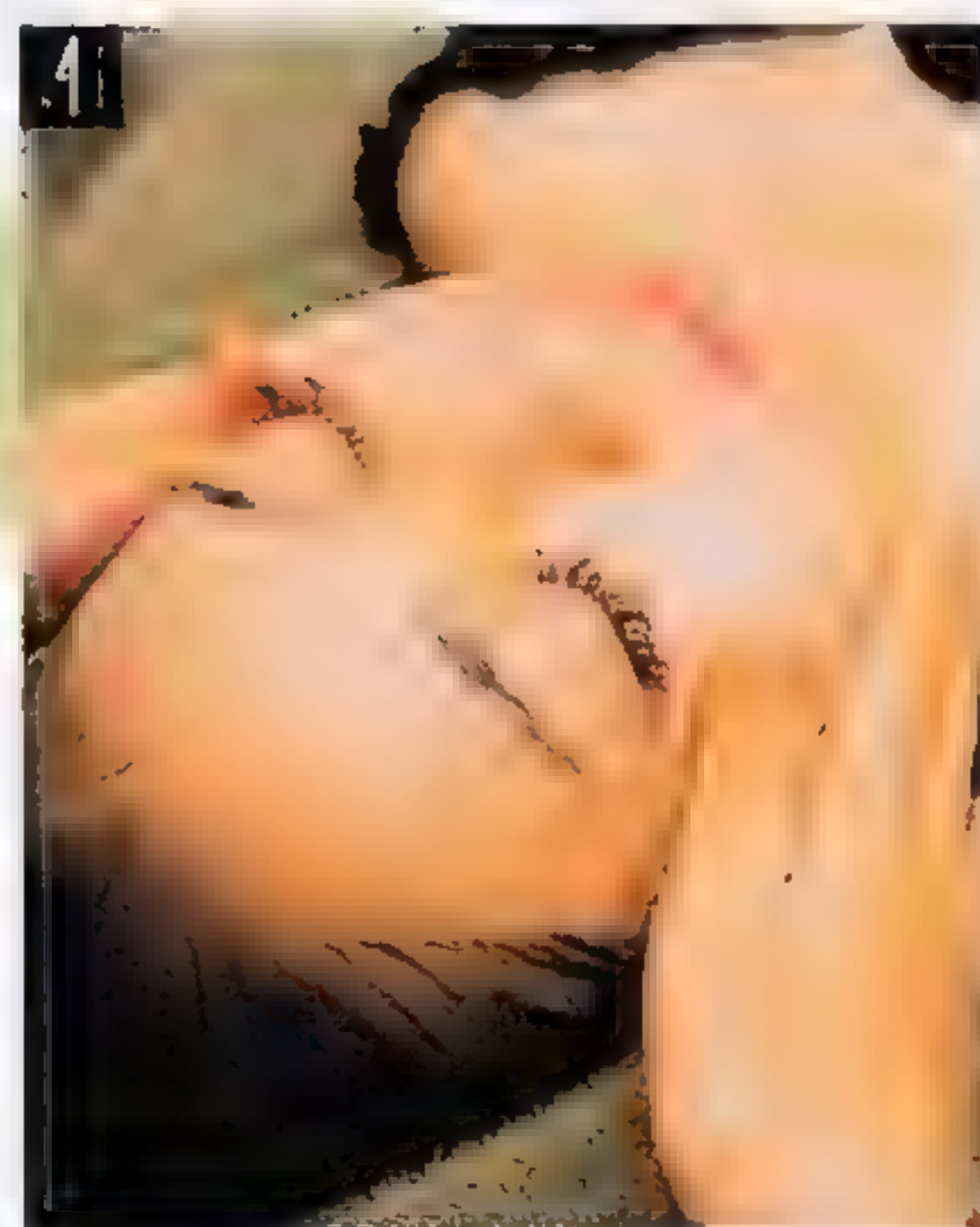
ZOOM



昔、肌を焼いていたのが原因で、最近になって小さなシミがドンドン出てきたのが悩み…♡

昔からあるシミが
濃くなってきた♡

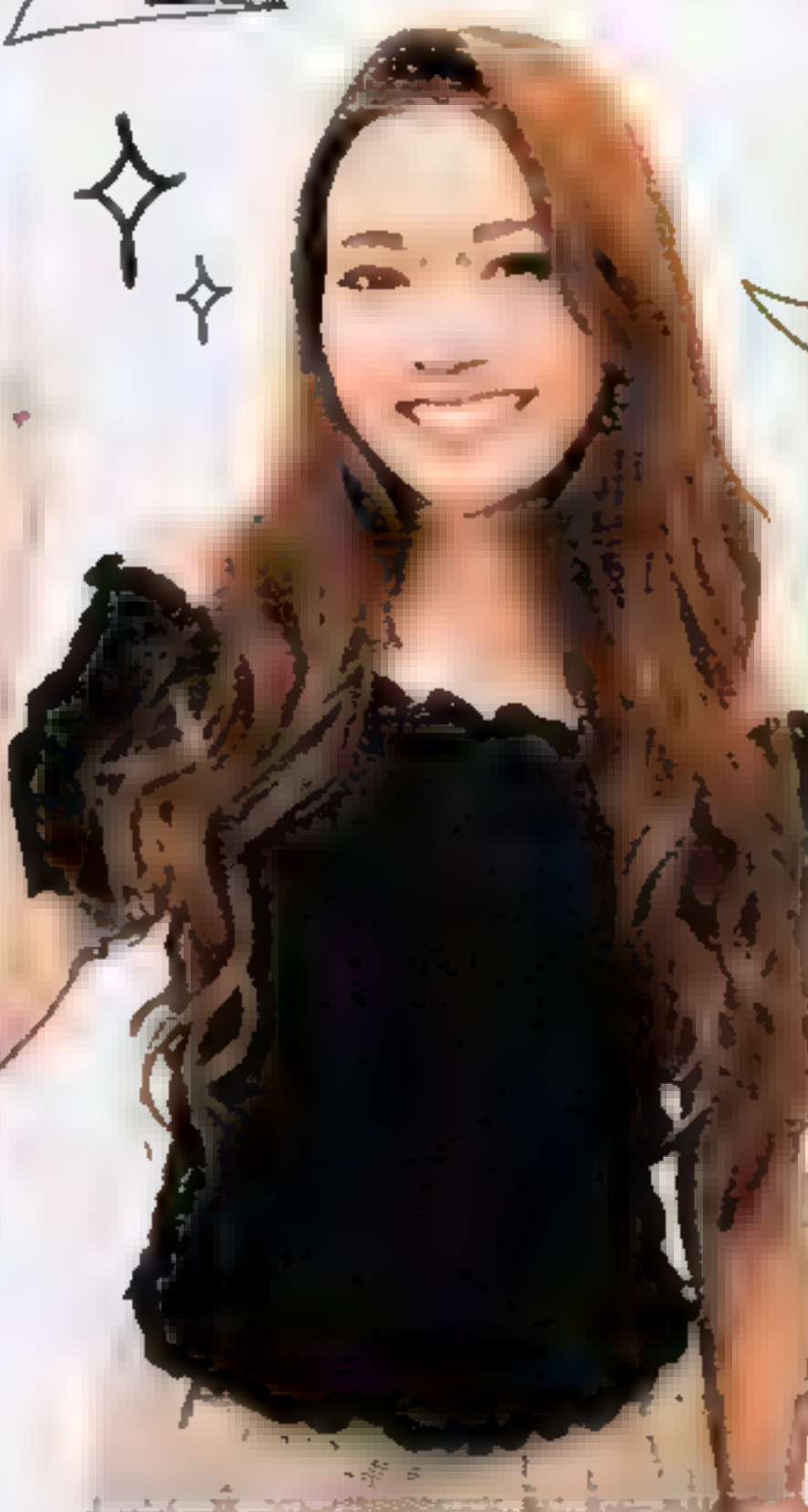
前から気になっていたけど、だんだん濃くなって、メイクでも隠せなくなってきた(涙)。



仕上げて UVクリーム♡

10分経って成分がしっかり浸透したら、仕上げのクリームを塗って終了★ 帰りは、すぐにメイクをしても大丈夫だよ♡

やってみた感想♪



くすみがとれて
明るくなった♡
1回では完全にシミが消えないらしいけど、少し薄くなった気がするよ♡
あと、肌のキメが細かくなって色が明るくなったのが嬉しい♪

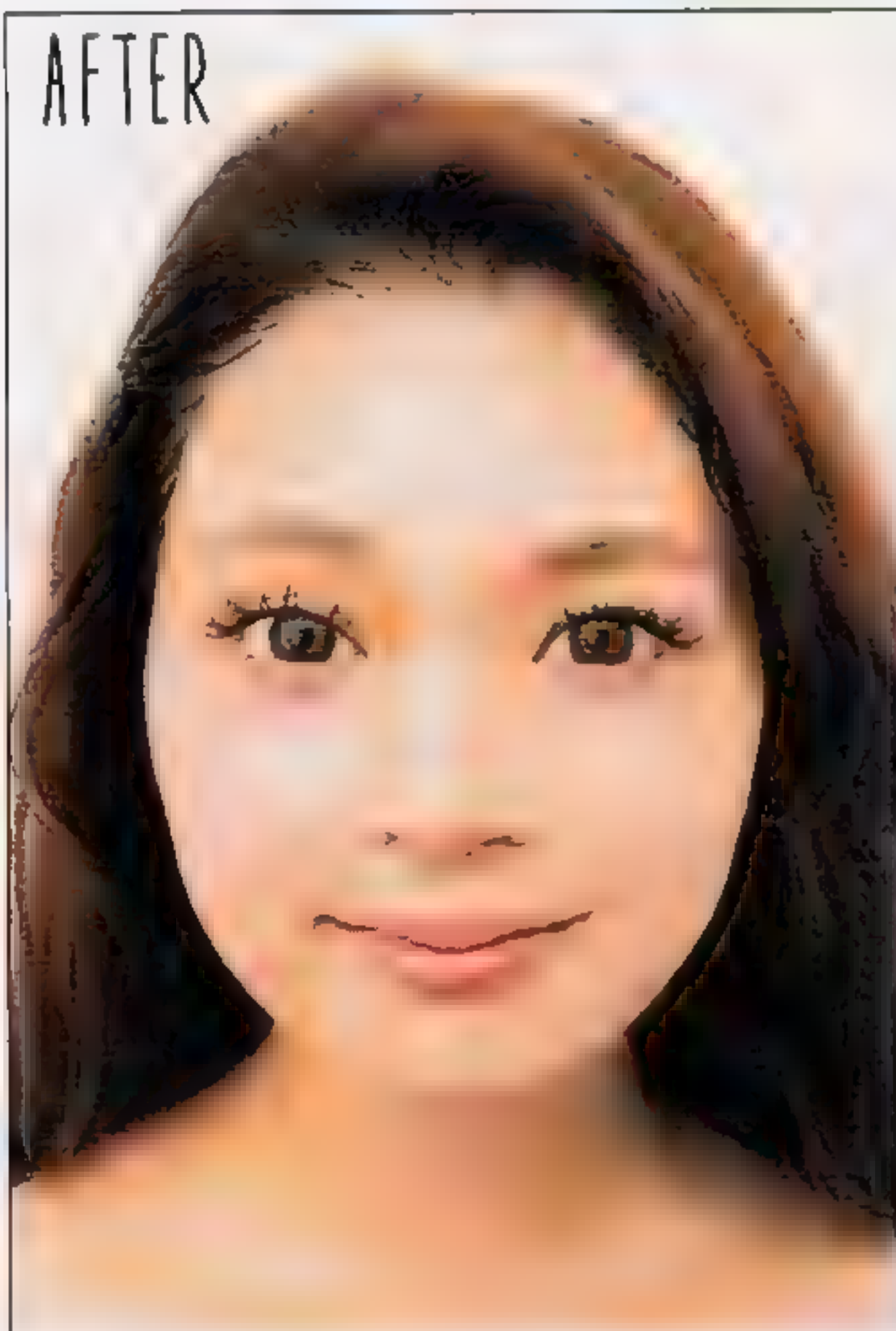


※内容は個人の感想であり、効果には個人差があります。

オリジナルの クリームクレンジングも オススメ♡

RRR クレンジング
¥3,200

お肌に負担をかけず、潤いを残したままメイクや余分な皮脂をオフ♡ 保湿成分配合で、しっとりした洗い上がり♡



年々増える小さなシミや濃くなっていくシミが悩み♡ 施術前は顔全体がくすんでいて疲れた印象…。施術後は肌がワントーン明るくなってハリもUP♪ 頬にあったニキビの炎症も治まってビックリ！

クリニックで買えるシミ予防&対策アイテム♡

白雪肌
に
近道
は
ナシ♪



湘南美容外科クリニックの
シミ・肝斑の内服薬セット
トラネキサム酸やビタミンCなど、数種類のシミや肝斑に効果のある内服薬のセット。¥5,400(税込)



品川スキン
クリニックの
美白対策セット
白肌作りに効果的な
3種類の内服薬 (1
カ月分)と、HQ クリ
ームEXのお得なセット。
¥9,720

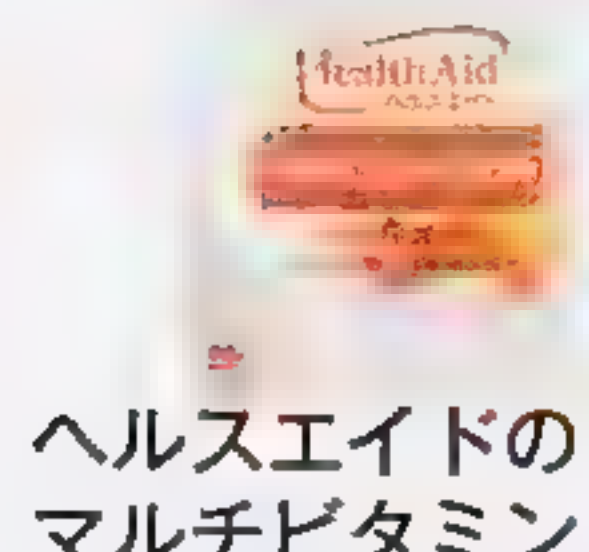
オススメのシミタイプ	シミ、肝斑
料金	顔全体¥9,000 (パック付き)
施術時間	初回/約1時間、 2回目以降/約30分
施術回数	1クール目は1~2週間に 1回、それ以降は 月1回程度がオススメ♡
痛み	我慢できるくらいの軽い痛み♡
ダウンタイム	ほぼナシ♡
アフターケア	UVケアと保湿をしっかり★ こするなどの刺激にも注意！
その他の効果	くすみ、色ムラ、 毛穴、ハリ、キメ

体験したのはこのクリニック♡



YAG BEAUTY CLINIC
渋谷院
④東京都渋谷区渋谷1-24-15
FPG 渋谷宮益ビル8F
☎0120-915-959
<http://www.yag-beauty.jp>

日々のシミ対策

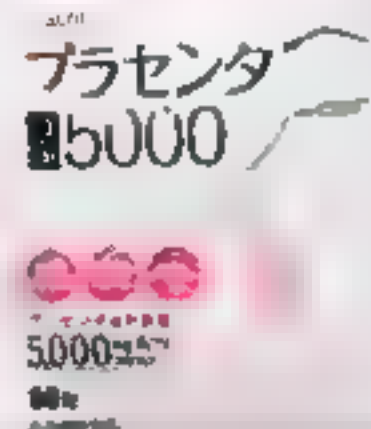


ヘルスエイドの
マルチビタミン

小分けになっていて持ち運びも
便利♪ 夏や海外旅行のときは
朝晩飲んでシミを予防するよ

プラセンタつづ 5000

姉にオススメされて飲み始めたよ。
プラセンタ独特のニオイが苦手なん
だけど、コレは無臭で飲みやすい



白雪肌格言

シミ1つでプラス5歳!

シミ取りカルテ

シミ取りしたクリニック

Nurse Mam

シミ取りした部位

顔

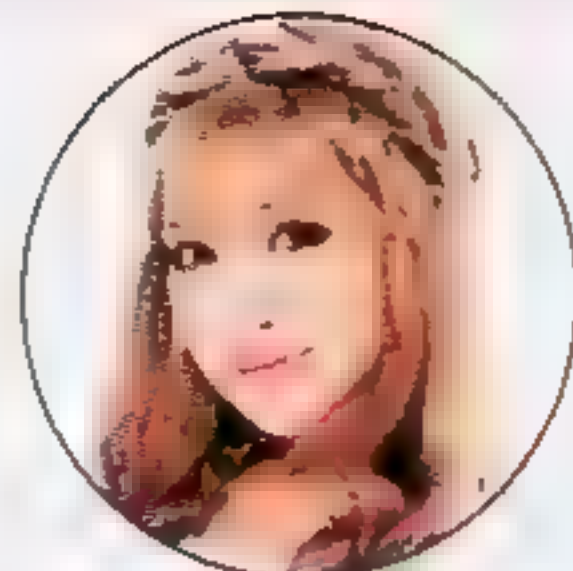
頻度

3回

結婚式の前にキレイにしたいと、顔
のホクロ全部と鼻の横のシミを除
去。3回の照射で、かさぶたみ
たいになってポロッと取れたよ



大城あいさん



白雪肌格言

レーザーは嘘つかない!!

専属モデル (26歳/東京都)
独身・子供なし
小原優花

日々のシミ対策

泥豆乳石鹸
どろあわわ

肌の表面に古い角質が残って
いると、蓄積されてシミの原因
に。吸着力が強い泥系の洗
顔で古い角質をしっかりオフ



飲む日焼け止め
ヘリオケア

内側から紫外線をガード♪ これを飲
んでおかげでシミもできないし、肌も
くすまなくなったよ! 海外でも安心

シミ取りカルテ

シミ取りしたクリニック

YAG
BEAUTY CLINIC

シミ取りした部位

顔全体、首、
デコルテ、手の甲

頻度

今は月1回★

シミはないけど予防のために月1回
レーザーニング♪ くすみやク
マにもよくて透明感もアップ♪
時期は週1回で通ってたよ!

白雪肌格言

基本予防!
できたら取る!!



渋谷ラ・ブージュ デンタルクリニック院長
(34歳/東京都) 独身・子供なし
木村美和子先生

日々のシミ対策



メソアクティス

最近ラ・ブージュに導入したマシン! 電気
の力で肌にダメージを与えずに有効成分を浸透
♪ シミはとくにキレイになるのでオススメです

シミ取りカルテ

シミ取りしたクリニック

地元の皮膚科

シミ取りした部位

顔、全身

頻度

1回★

日焼けをやめたらシ
ミが気になってレー
ザーで取りました。6
万くらいしたけど、1
回でキレイになって
大満足♪ 今はしっ
かり予防してます。

第4章

美肌を保つための
セルフケアを公開!

お姉さんの
最新シミNEWS

シミやレーザーのことはわかったけど、美に貪欲なお姉さんたちの
シミ事情も知りたいところ♪ みんなが何をやってるのかチェック

日々のシミ対策

シミ取りカルテ

シミ取りしたクリニック

YAG
BEAUTY CLINIC

シミ取りした部位

顔全体、首、
デコルテ

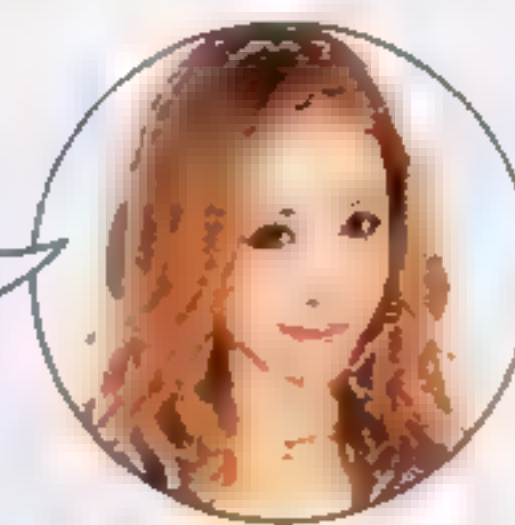
頻度

週1を6回★

メイクで隠せば気にな
らない程度の薄
いシミだったけど、
自分的に気になって
レーザーで完全消
去! 今も予防で定
期的に通ってるよ★

白雪肌格言

冬でも毎日
UVケア!!



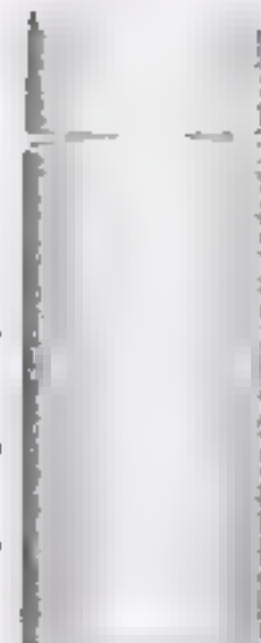
真優川 咲さん

池野クリニックの
スキンケア

3年前から愛用の化粧水・
乳液・日焼け止め。朝晩コッ
トンパックすれば、1~2週
間で肌質が激変するよ

イブサ
ホワイトプロセス
エッセンス EX

いろんなシミに効くて
聞いて購入! 朝晩使っ
てるけど、くすみがとれ
てかなりいい感じ



シミ取りカルテ

シミ取りしたクリニック

コスモメディカル
クリニック

シミ取りした部位

顔全体

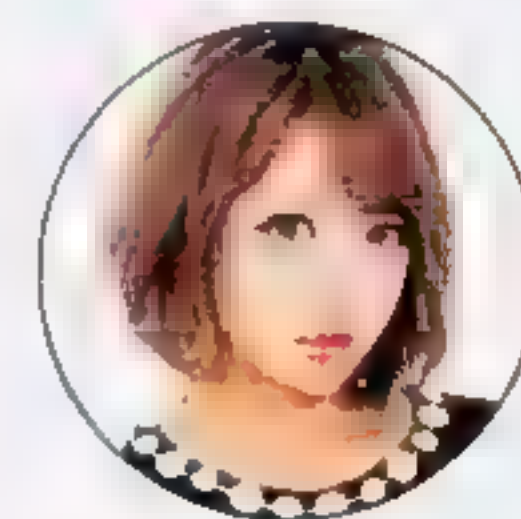
頻度

1回★

昔からアザみたいな薄いシ
ミがあって、歳をとるごとに
汚く見えてきたからレーザ
ーを決心★ かさぶたになっ
たけど、1回で薄くなった!

白雪肌格言

年齢に応じてケア
もレベルアップ!!



芸能プロダクション運営
(30歳/千葉県)
バツイチ独身・息子2人
鈴木愛美さん

日々のシミ対策

Dr. ミネラルK

お水に数滴入れる
だけでアンチエイ
ジング効果のある
水溶性ケイ素。ほ
かにもDHC のビ
タミンC サプリな
ど、内側からシミを
予防してるよ!



シミ取りカルテ

シミ取りしたクリニック

湘南美容皮膚科など

シミ取りした部位

顔全体

頻度

1~2カ月に1回

若気の至りで焼いたツケ
で、メイクでも隠しきれない
くらいシミだらけに。今は
夏以外、月1でフォトシルク
で美肌を維持♪

日々のケアとレーザーでシミも怖くない!



白雪肌格言

隠した厚肌より
息を感じる肌

ライター& TOKYO NADESHIKO プロガー
(36歳/東京都) 既婚・娘1人
水野祐香さん

シミ取りカルテ

シミ取りしたクリニック

タカミクリニック

シミ取りした部位

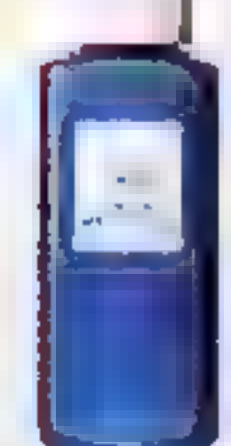
顔全体

頻度

まだ1回だけど
計3回行く予定

大きなシミや日焼け
でできたホクロ、小
さな頃から悩んでるソ
バカスにも1回で驚
くくらい効いたよ。正
直、もっと早く行っ
とけばよかったー!!

日々のシミ対策



タカミクリニックの
APS ソリューション 10
スペシャルケアとして愛用
♪ 高濃度のビタミンC 粉末を溶
かすよ。肌に透明感が出る

白雪肌格言

素肌が汚いと何を
やってもダメ!!

日々のシミ対策



菅貞子 ハーブピーリング
シリーズのスキンケ
ア。ハーブピーリング後の敏感な肌にも
使える美肌オーガニックコスメ。く
すみがとれてハリが出るよ

トラネキサム酸錠
クリニックで処方された
薬。メラニンの生成を
抑制する作用があって、
シミや肝斑に効果があ
るから飲んでるよ!



美咲さん

シミ取りカルテ

シミ取りしたクリニック

品川スキンクリニック、
YAG BEAUTY CLINIC

シミ取りした部位

顔全体、首、デコルテ、手の甲

頻度

2週間~1カ月に1回

全体的なくすみをハーブ
ピーリングで改善しつつ、部
分的なシミにはレーザー
ニングとフォトシルク
ラスで白雪肌をキープ★

白雪肌姫はシミひとつない美しい肌になり、幸せに暮らしましたとさ

Fin.

ボトル入り
ましたー



おもてなし選手権
グランプリ受賞
美紗さん

「25歳からのお水の花道」を
おもてなしの心でご案内!

夜のOL・美紗の

おかわりいかがですか♡

様々なお店を渡り歩いたベテランキャバ嬢曰く、「稼げるキャバ嬢でいるためには、入店半年後に“最低限どれくらいの収入が得られているか”を想定してお店を選ぶこと」が重要なんだそう。連載第3回は「稼げるお店のチェックポイント」を調査しました♡

PHOTO Ryota Hamaguchi (ROCO STUDIO) EDIT&TEXT Midori Sasaki

キャバ未経験の
お姉さんはもちろん♡

移籍を検討中の
ちょうちょも必見♡



専属モデル
(33歳/東京都)
独身・子供なし
早川沙世



専属モデル(31歳/東京都)
独身・子供なし
杉山佳那恵

連載
第3回

保証時給よりベース時給★
そのお店は本当に
稼げるお店!?

Q. スカウトから紹介された保証時給 7,000 円の店で働くか、
ベース時給が 6,000 ~ 10,000 円の店にするかで悩んでいます…。

A. 保証時給は無視してベース時給の底値で判断!

最低時給額がベース時給になる★

保証時給は1カ月、3カ月など保証期間が設定されています。その期間が過ぎるとその店の最低時給がベース時給になる場合がほとんど。目先の高時給より最低時給額が少しでも高いお店を選ぶのが正解です★

稼げるかどうかはココをCheck!!

Point 1

時給に幅がある場合、
底値が少しでも高い
店を選ぶ

時給「5,000~12,000円」と「6,000~10,000円」では、中間の金額がもらえそうなイメージで前者のほうが稼げそうですが、大抵は最低時給がベースライン。稼げるのは後者♡

Point 2

週刊イベント以外に、
定期的にイベントを
打っている!

イベントは営業もかけやすく集客のチャンス。店が活気づいているのでボトルも下りやすい傾向。売り上げアップにつながります。また、成績次第でボーナスがもらえるお店も!

Point 3

海外旅行や
誕生日プレゼントなど
福利厚生がある♡

収入以外の報奨、福利厚生があるかどうか、重要なポイント。店の経営が安定しているか、健全に運営されているか、キャストを大事にしているかを判断する目安にもなります♡

イベントの賞金は
100万円♡

イベントを口実に営業をかけやすくなるし賞金ももらえる。ちなみにアローグループのイベント賞金は100万円★



キャスト歴3年
やよいさん

誕生日プレゼントが
うれしい♡

アローグループでは何年かに1回、海外旅行に行けるし、がんばってるコは誕生日にプレゼントがもらえるよ♡



キャスト歴3年
れいかさん

時給で選ぶならこの3店舗!!



CLUB Bee

大阪市北区曽根崎新地 1-2-24
ニューメダビル B1F
☎ 06-4799-1555



CLUB RADIO

大阪市北区曽根崎新地 1-1-31
伊藤ビル B1F
☎ 06-6344-3434



CLUB DEAR 北新地

大阪市北区曽根崎新地 1-2-6
新松リンデンビル 1F
☎ 06-6442-7775

CLUB RADIO 勤務 (24歳/大阪府)
独身・子供なし

♡ 全国からキャスト募集中!! ♡

DEAR
KITANO-CHI

CLUB
RADIO

CLUB
Bee
北新地

◇勤務にあたって下記保証◇

時給 6,000 ~ 10,000 円 (E払い可)

問い合わせは
こちら

体験入店もOK!

LINE ID: @mj9138n

アローグループ <http://arrow-g.net>

☎ 090-4766-8456



担当者 菊地

遠方からのエントリーも大歓迎。大阪までの交通費も負担してもらえらるから気軽に問い合わせみてね♡
光ついでにお小遣い稼ぎなんてプランもいいかも♡



商品ID
AG10

dazzyでしか買えない27種類のサンタコス



商品ID
AG06

5点set
2,999 yen[taxin]
オフショル
ベルト付
サンタ



Merry Xmas!

商品ID
AG05

5点set
2,999 yen[taxin]
背中編み上げ
巻きスカート風
サンタ

今まで100万人以上の

女の子が選んだ

dazzyオリジナルの人気サンタコスチュームを一部紹介!

dazzy Christmas

今年のクリスマスはdazzyで決まり！お気に入りのサンタで大人ラダジュアリーなパーティーを

商品ID
AG07

商品ID
AG08

商品ID
AG09

dazzyサンタ
をチェック▼



姉ageha限定クーポン

74517

を入力すると表示金額から

1,000円
OFF

商品ID
AG01



パール&ビジュースンタ

3点set 3,999yen[taxin]

商品ID
AG02



フード付フェアリースノー

2点set 4,999yen[taxin]

商品ID
AG03



フラワービジュースンタ

2点set 3,999yen[taxin]

商品ID
AG04



谷間ホール2ピーストナカイ

4点set 3,999yen[taxin]

平日18時までのご注文は当日出荷

土曜15時・日祝10時までのご注文で当日発送可

※ご予約商品は
除く

電話注文専用フリーダイヤル

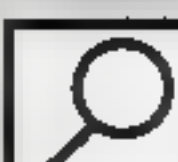
営業時間 10:00~19:00
(土日祝日を除く)

0120-042-032

お電話でのお問合せは

営業時間 10:00~19:00
(特別休暇日を除く)

03-5422-8818



デイズサンタ

検索



欲しい商品が見つかったら
商品IDを入力して
サイト内で検索♪

<http://dazzystore.com>

※こちらのクーポンはクリスマスコスチュームを含む商品代金合計7,000円以上のお買い上げで1,000円引きとさせていただきます。※サンタコスチュームは予約販売となります。11月上旬頃より発送となりますのでご了承ください。※クーポンコードの有効期限2016年12月15日23時59分までとさせていただきます。※クーポンコードのご利用はお客様一回限りとさせていただきます。※クーポンコードのご利用は会員登録が必要となります。※5,000円以上のお買い上げで送料無料※弊社が100万人超から独自に集計し、人気のあるdazzyオリジナルサンタコスチュームの一部を掲載しております。※SALE等で商品の金額が変わる場合がございます。商品ページをご確認ください。



rienda *home collection*

ドン.キホーテ
限定発売



riendahomecollection.com

全国のドン・キホーテおよび MEGA ドン・キホーテ(一部店舗除く)にて発売。取扱い店舗についてのお問い合わせ：0120-044-533

荒木の載連木

タイトルはまだない(募集中)。

今回の
テーマ

「自由」

「やっほー日本から荒木です。イビサに家借りたのに現地に全然いらなかった夏でした。前回の連載を読んで SNS にコメントくれた人、どんな意見でも感想くれるのは嬉しいよ、ひとつひとつ読んでます、ありがとう。ちょっと重めのテーマだったから、今回は私の好きな時間の話だよん♡」

PHOTO_Yoshinobu Bito MODEL&TEXT_Sayaka Araki EDIT_Haruka Noda

「あったらあったでいいもんだ、家。」

最近好きなのがひとり DJ パーティー。

ネクラっばく聞こえるよね、でも正解。

なにも考えず、好きな曲を好きなだけかけて、自分がミックスした音のグルーヴ感に酔いしれるの。大好きなジャックダニエルを片手に、タバコ吸いながら。

音に集中してる時間は頭の中から他の出来事がゼーンぶ出てっちゃう。嫌なこともすべて音に流れてどっかいっちゃうから、ストレス発散にもなってるのかな。

選曲や音って自分のメンタルが全部反映されるから、今の自分の状態に気づくこともあったりするんだ。ゆるーい曲からはじめたのに、気づいたらゴリゴリに攻めたテクノばかり選んじゃって「イライラしてたんだな」とか。いいと思う音の質も日によって違うから「今日は調子いいな」とか。自分を知るバロメーターだよな。そこから何かを思い知ることもあって、音は奥が深い。

でもねどんなときでも最終的にテンション上がって、わーいって楽しくなって、寝る。寝すぎる(笑)。だって幸せだもん。何にも縛られず、迷惑もかけず、楽しい。

最高に自由な時間。

昔はストレス発散の仕方を知らなかったし、DJ もやってなかったから、嫌なことがあれば病むしかなくてさ。20 代前半の頃は特にね。

今は音楽が私の支えになってる部分があるのは間違いないの。こうやって自分の気持ちを高めてくれて、対人ではない何かがあるって、めっちゃいいよ。

自由の形なんて、なーんでもいいと思う。
私は自分でプレイする DJ だけど、
好きなアーティストのライブやクラブに行って踊り明かすでもいいし、
読書で活字に癒されるでもいいだろうし、
ご飯作ってる時間も無になるじゃん、それでもいいだろうし。

ただ、「楽しいな」って意識的に思わないとダメなんだよね。
無意識に感じるものが現れるのを待つんじゃなくて(そんなの待ってたら一生やってこないっしょ恋じゃあるまいし)

「え、なにこれ楽しいやばーい」って、ちゃんと口に出して言う、みたいなの。
自己暗示?

待ってても何もやってこない。
“自由”って聞こえはいいけど、
ただ自由気ままに歩いてればいいってもんじゃない。

自分で自由空間を見つけ出さなくちゃだったんだなって。

家を持って、そんなことを想う今日この頃なのでした。

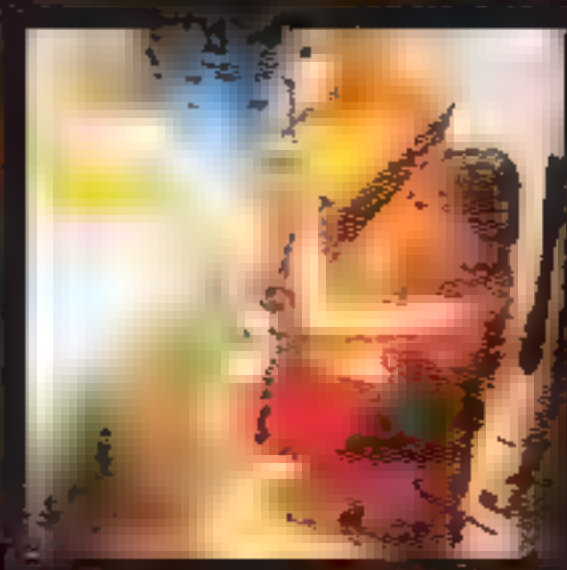
じゃあまた次号でね♡

リクエスト大募集!

この連載でさやかにやって欲しいことを教えてください! プレゼント応募ハガキに書いて送ってね。

さやか撮影オフショット♡

RESEXXY タイアップ企画の日。突然歯を磨きはじめたさやか。「寝坊して歯磨いて出るの忘れちゃったから」だって。「歯ブラシはなんとなくバッグの中にいつも入ってる。便利でしょ」



VS
SASSOON

KOIZUMI

Magic Shine

24時間、うるツヤ続く

スチーム増量でロングヘアも〈美ストレート〉

Before



VS エンジェルジャパン 2015 日本代表 川野由梨子さん

スチームストレートアイロン

VSS-9500

スチーム量
50%
アップ

プレートは
18%
アップ

スリムボディ
軽量化



より強力になった大量のスチームでストレートを24時間持続
キューティクルを整え、ツヤのある髪へ
使用後も潤いをキープ

※本製品は、VS-9500の改良型です。VS-9500は日本電化工業株式会社の登録商標です。

発売元 **小泉成器株式会社**
〒541-0051 大阪市中央区備後町 3-3-7 Tel 06-6262-3561

お客様相談窓口 **ナビダイヤル** **0570-07-5555**
9:00~17:30 / 土日祝を除く

商品、キャンペーンの詳細はコチラ **マジックシャイン** **検索**

グレープ味のおいしい酵素ドリンク

酸味がなくて飲みやすいよ

64種類のミネラル野草酵素配合
高級食材「ツバメの巣」配合
話題の新成分「白金ナノコロイド」
持ち運び便利なスティックタイプ



酵素不足を解消して
綺麗にヤセよう!

ダイエット
効果

複合的な
美容効果

クレンジング酵素って?

1. キレイに痩せられます

食事をクレンジング酵素0で置き換えると効率的にカロリー制限できます。満腹感が得られながら酵素不足を解消できるので、綺麗にヤセることができます。

2. 魅力的な美しさに導きます

高級食材として海外ではパーフェクトフードと呼ばれるツバメの巣は、美容業界で注目されています。美容効果を生む成分でローヤルゼリーの約200倍の効果があります。

3. 栄養不足を解消できます

64種類の酵素以外にも100種類の栄養を含むクコの実や美味しく栄養が摂れるマキベリーなどを配合しています。野菜嫌いな方でも、ぶどう種子ポリフェノールが酵素の酸味を抑えてくれます。グレープ味でほんのり甘いジュースのようにお召し上がれます。

リピーター続出中!おすすめのアレンジレシピをご紹介します!

クレンジング酵素0(2包) × グリーンスムージー



レモン1/2個
りんご1/2個
バナナ1/2本
→ 1000CC
スムージーを
グラスに1/3

クレンジング酵素0(2包) × 炭酸水やヨーグルト



炭酸水
1000CC



ヨーグルト
120g



今すぐWEBでチェック!!

クレンジング酵素0

検索

CUTE ME サブリ+ダイエットサポート DVD 付き定期コース

通常価格7,800円が今なら

(税込)
¥1000



<http://girls-cosme.jp/1234>

※ご継続は、4回のお受け取りがお約束となります。
※4回お受け取りで、合計 16,236 円(税込)+送料のお支払いになります。

CUTE ME サブリ+ダイエットサポート DVD 付き定期コース

期間限定 特別価格

(税別)
¥3000



<http://girls-cosme.jp/1234>

※ご継続は、4回のお受け取りがお約束となります。
※4回お受け取りで、合計 16,654 円(税込)のお支払いになります。

姉ageha専属モデル小原優花[ゆんころ]プロデュース

思い通りにヤセられない！それは酵素不足が原因です。

綺麗に ヤセる



酸味がなくグレープ味でおいしい

酵素ドリンク

お好みの
ミネラル酵素

特殊美容成分
白桃
ナノコロイド

高級美容食材
クマメの果



大ヒットシリーズCUTE ME から発売された
クレンジンG酵素0が、遂に30万箱を突破!!

美容業界に衝撃を巻き起こす 「美肌アモーレ」旋風!

Angelさん、
その引き締まった
フェイスラインの秘訣を教えてください♡

イヤでも毎年やってくる誕生日。そして着実に肌にもシワやたるみが...。そこで今回はアラフォーなのに美肌&見事なフェイスラインをキープしてるエンジェルさんに注目! そのハリ&艶はなぜ!? キレイの秘密に迫ります♪

エイジングサインが気になった段階で始めたからイイ感じ♡
最近始めた「美肌アモーレ」はとにかくお得! リフトアップ効果もすごいけど、輪郭がゆるむ前にやることで安く済むし、ゆるんでからより自然に仕上がるみたい。肌の奥のコラーゲンも増えるから血行が良くなって、肌質も安定♪ シミやしわ、毛穴が気になったら早めにやってみて♡

切らないから、バレないし、
即効性が高いからハマっちゃった♪

ダンサー (39歳/東京都)
独身・息子1人
Angelさん

PHOTO: Hiroyuki Sato (AFTER) Shinjoh Suga
HAIR: Yoko Nozaki (AFTER) EDITOR: Shinjoh Suga

美肌治療とリフトアップ効果が一度で叶う「美肌アモーレ」とは...!

information

品川美容外科 提携 品川スキンクリニック

全国共通
予約専用フリーダイヤル

受付時間 10:00~22:00

0120-189-900

●表示価格や治療に関する詳しい内容は、HPまたはお電話にてお問い合わせください。●表示価格は予告なく変更となる場合があります。●表示価格は標準的な費用です。●当院は自由治療のため公的保険は適用されません。●その他さまざまな治療も取り扱っております。

<http://www.shinagawa.com/>

品川美容外科 検索

最新の美容外科情報はホームページをチェック!
無料カウンセリング予約/メール相談も受付中

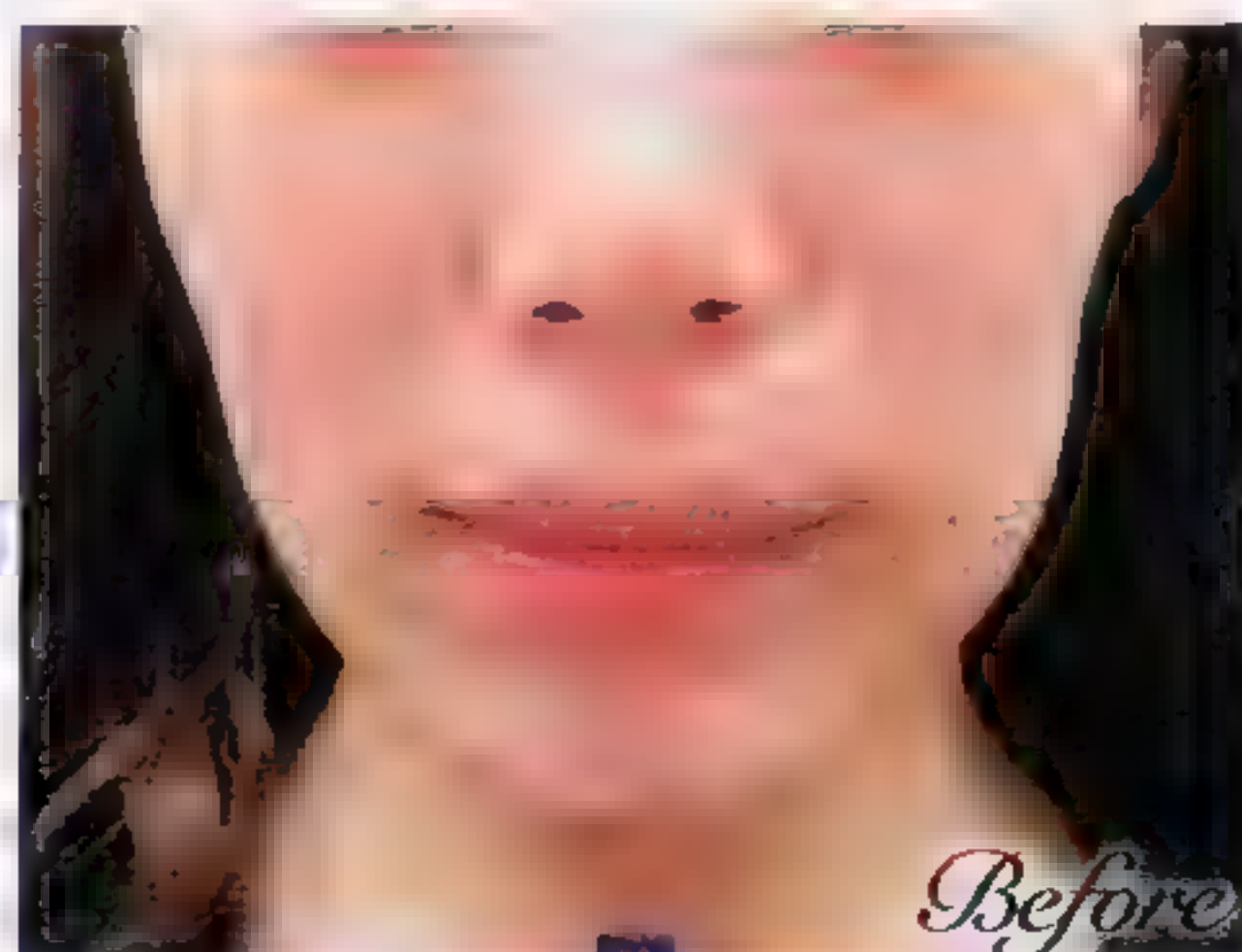
主要都市を中心に続々開院

品川	新宿	新宿アイランドタワー	池袋
上野	渋谷	銀座	宇都宮
大宮	仙台	千葉	心斎橋
名古屋	静岡	神戸	岡山
			福岡

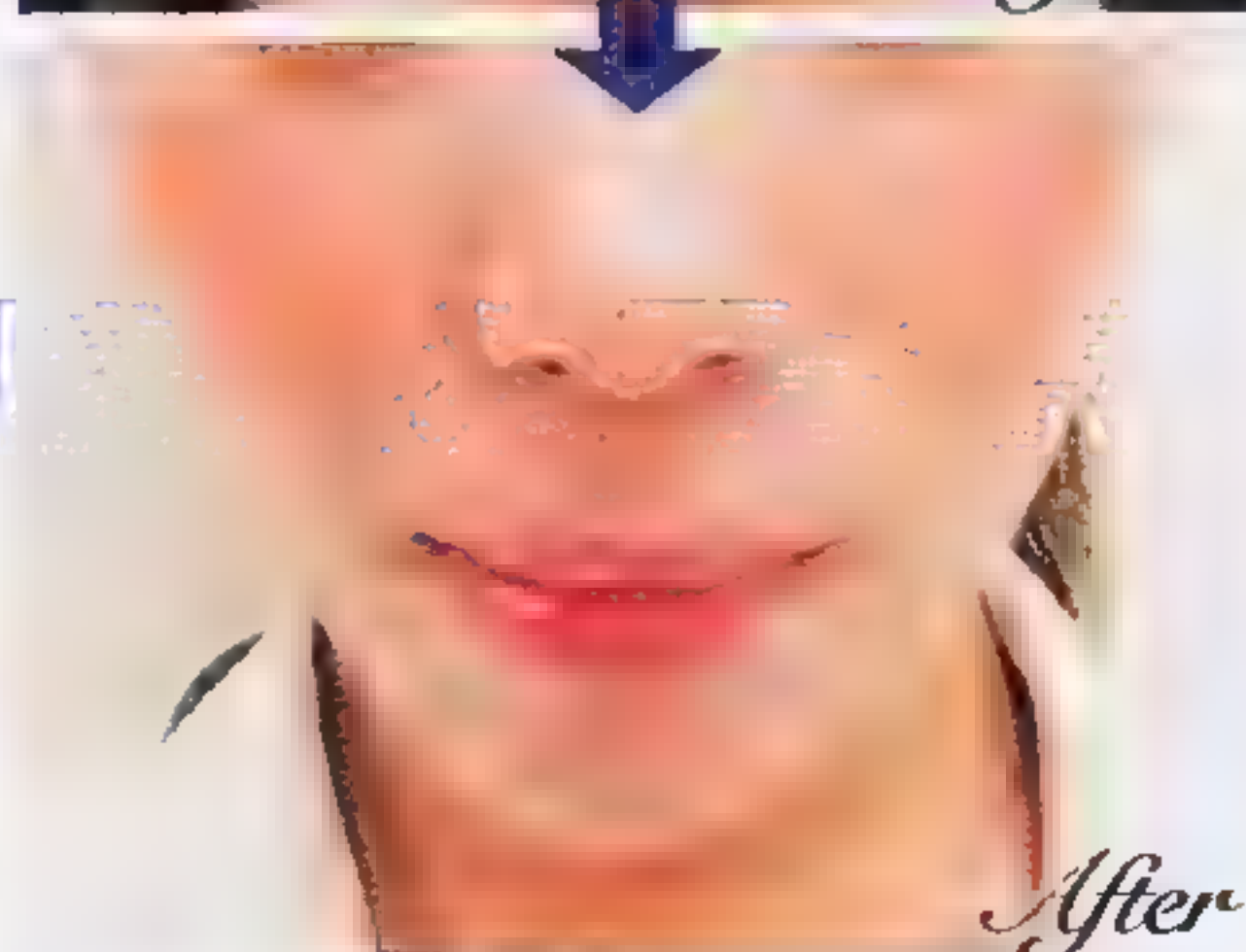
美肌アモーレ

スタンダード ¥170,000
会員 ¥136,000

美肌アモーレ 2カ所 +
美肌注射プレミアム 1cc



Before



After

毛羽立った溶ける繊維をアゴの下から頬下にかけて入れて、ふっくらとした若々しいほっぺたに♡アフターは術後7日目の様子♪
※この症例画像はAngelさんではありません。効果には個人差があります。

美肌アモーレプランに含まれるもの

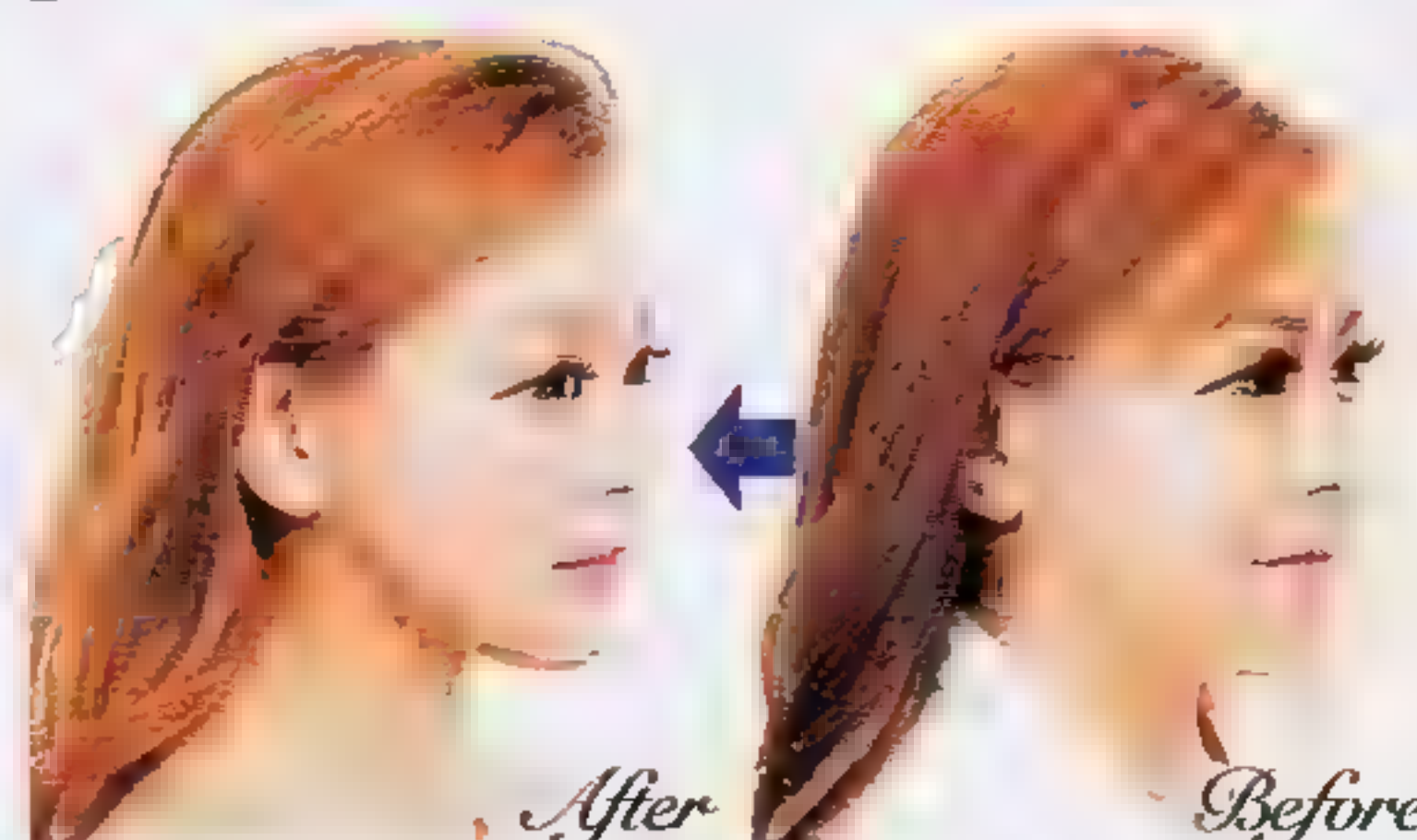
1. 美肌アモーレ

大人気の「若返り美肌法」がさらに進化! 溶ける繊維を挿入することで切らずにシワやたるみが改善! 肌の老化サインにも効果大!

2. 美肌注射

プランに含まれる美肌注射プレミアムはシワや凹み、ニキビ痕(クレーター)などをカバー。トータルでのエイジングケアを図ります★

3. ヘアラインリフト



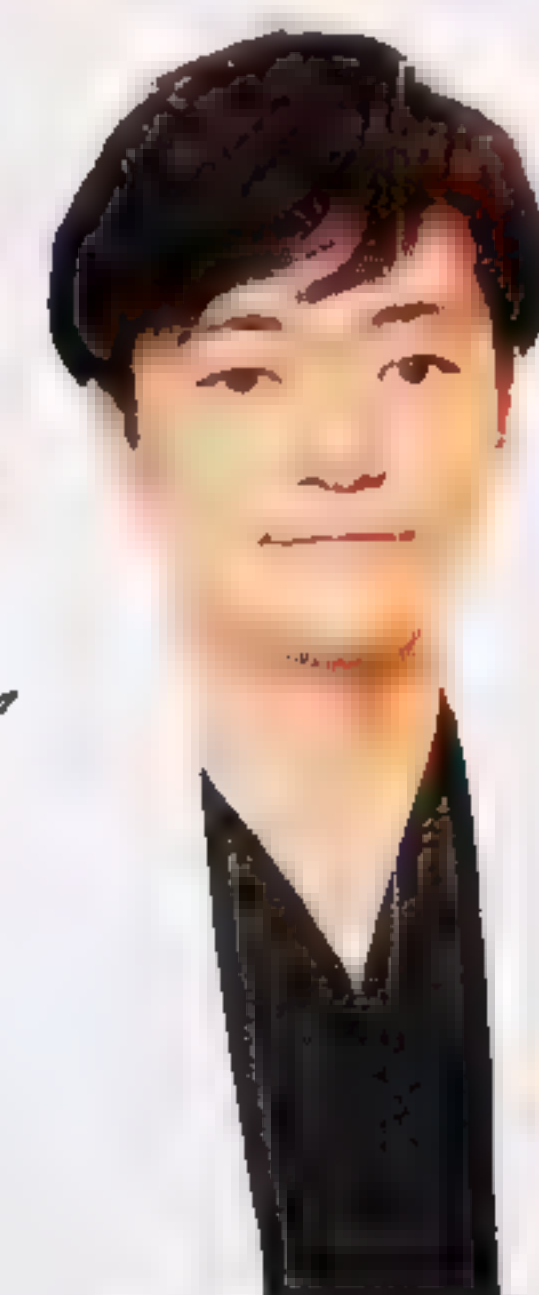
After

Before

プランに含まれるヘアラインリフトは、頭皮の数カ所に空気でヒアルロン酸を注入する治療。特に上がりにくい、おでこや目元の引き上げに効果を発揮します★



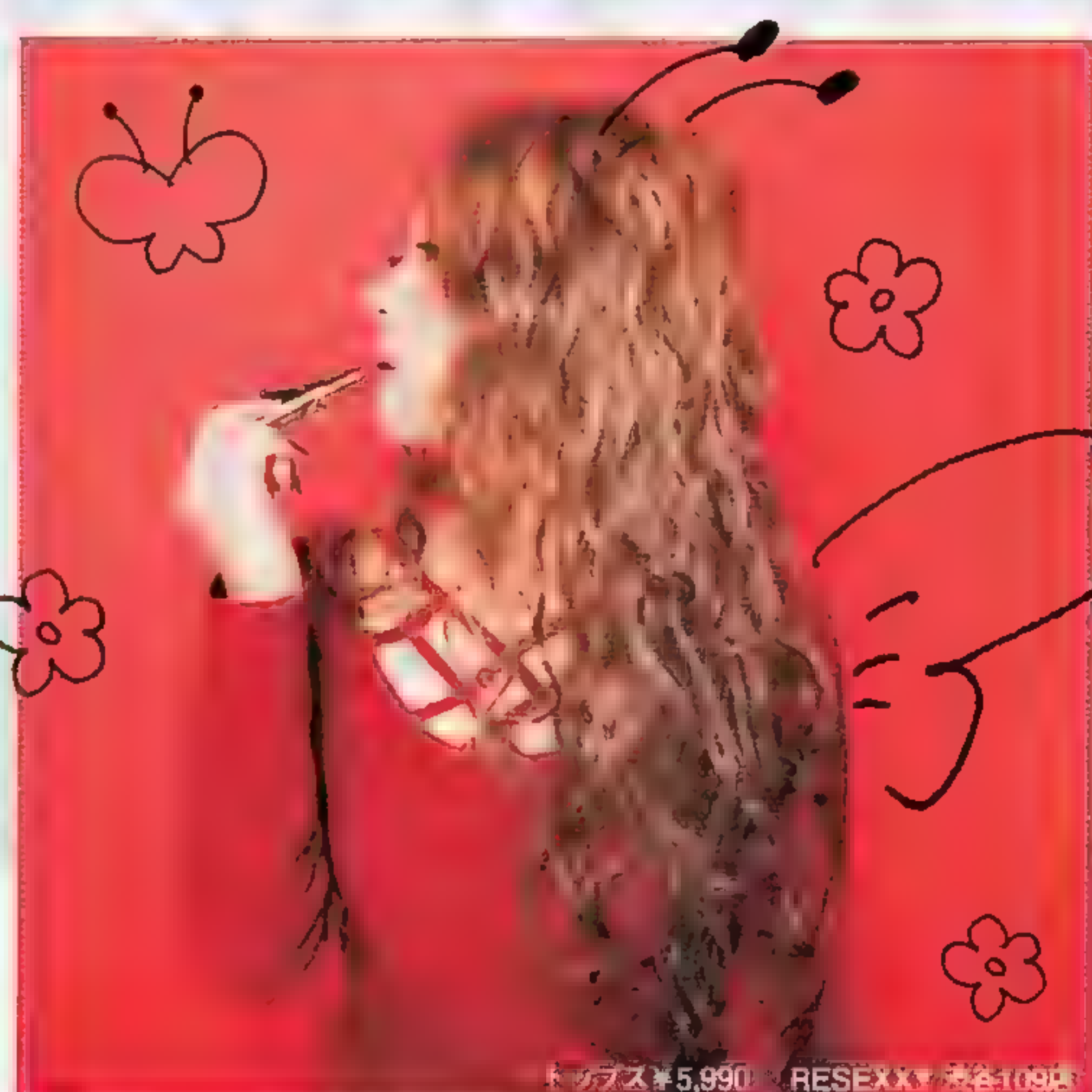
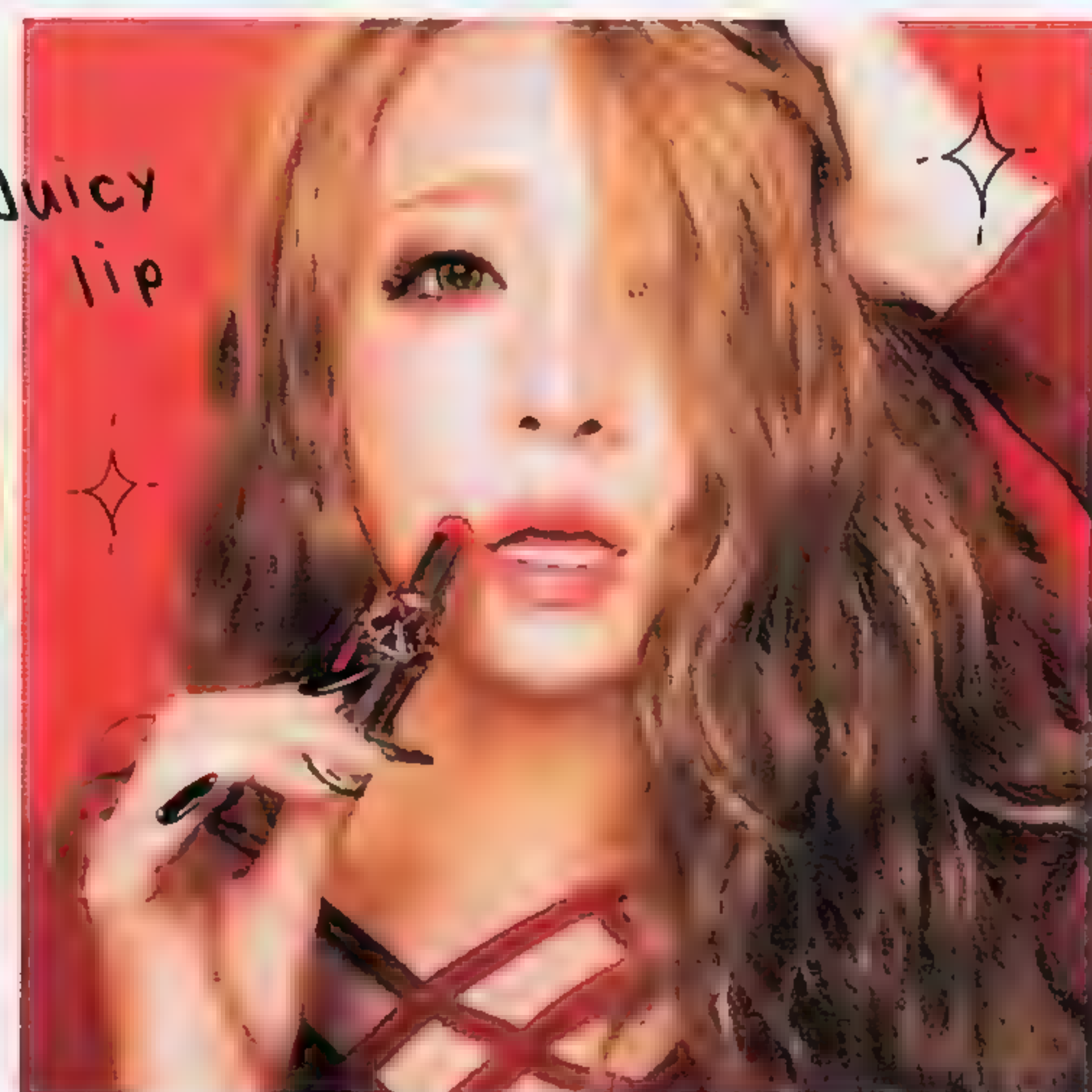
左頬のたるみが気になるというAngelさん。美肌アモーレとヘアラインリフトを同時に行うことで、顔全体がバランスよく引き上がります。



品川美容外科 銀座院
すがはらふみか
菅原文隆先生

BE LOOKS YOUNG 5 YEARS!!

若い頃は似合ってた「ベージュリップ」、「マツすぎるファンデ」、「青みピンク」
に違和感を感じたら、コチラをご覧ください♡



全然元気なのに、「なんか今日疲れてるね」なんて言われた経験はありませんか？ それは歳とともに顔色がくすんてくるから！ そして、くすむと老けて見える♡ 自分じゃ気づきにくい「顔色問題」を血色メイクで即解決♡

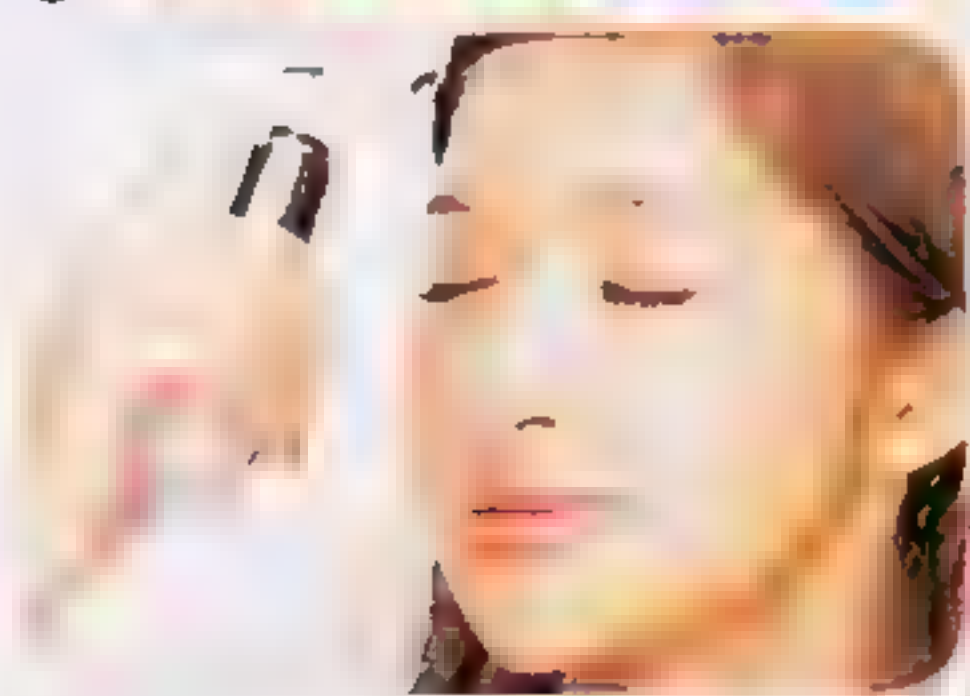
PHOTO_Kosuke Nakashima (PEACE MONKEY) HAIR_Chiharu Koya EDIT&TEXT_Marika Koizumi

優花はオイルファンデと ルースパウダーを駆使して ツヤのある血色肌に♡

クリームファンデだとパウダーでお直ししたりして結局マットになっちゃうけど、オイルファンデなら1日中このツヤが保てる♡

Point!

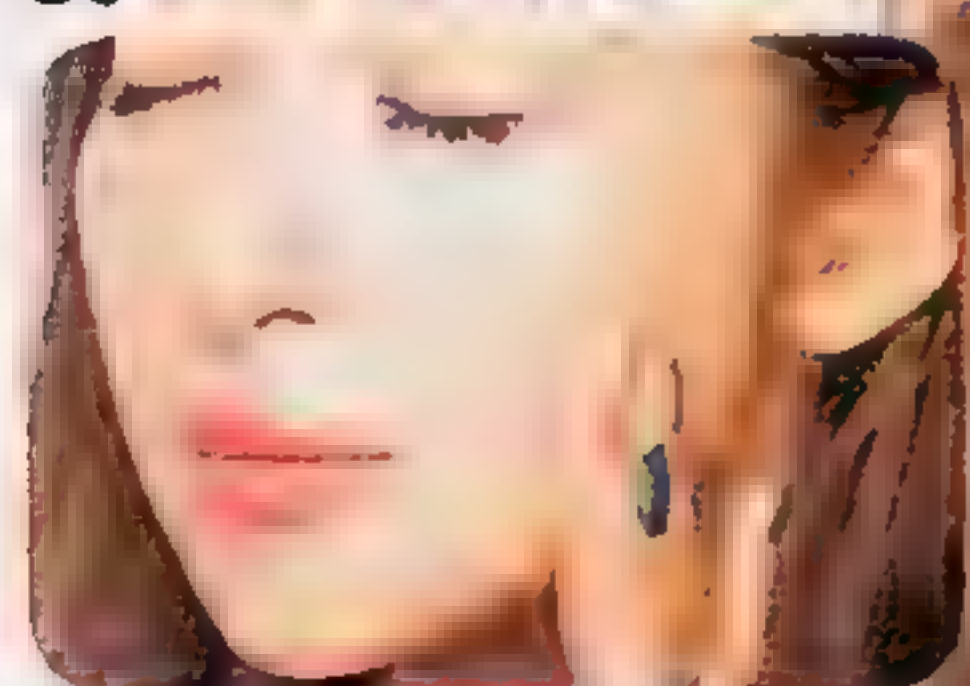
1 まずは保湿でツヤを出す♡



顔全体にシュシュッとスプレー♡
夏限定で発売されたものなので、ベタつかないのに肌が潤う♡

シルスチュア
ード ミネラル
ミスト リフレ
ッシュオイル
コントロール

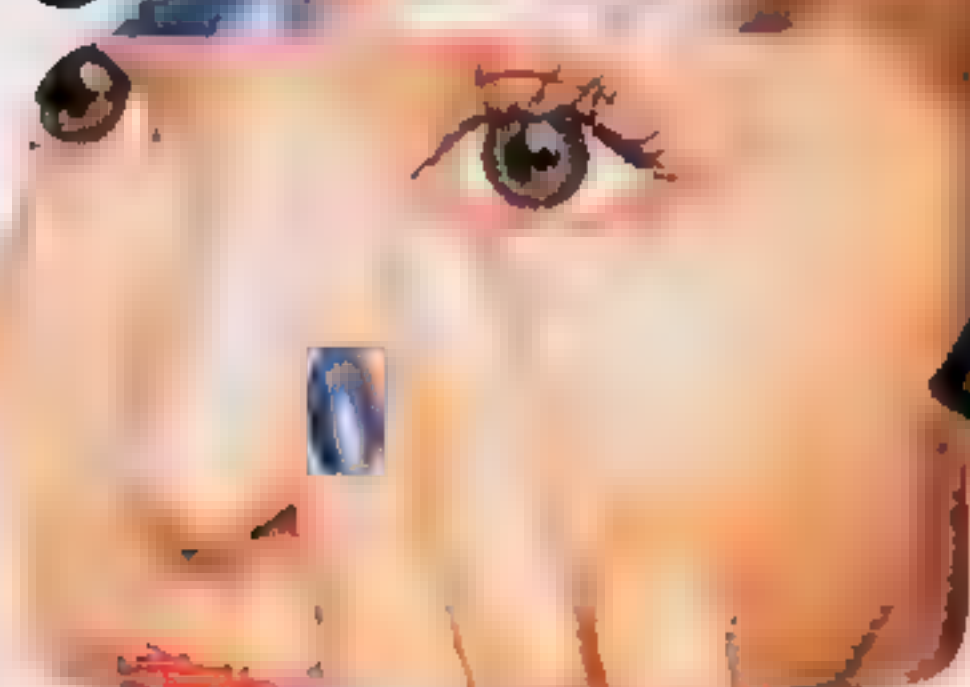
2 オイルファンデを塗る♡



オイルファンデは手で塗るのがオススメ♡
手の熱でファンデが温まって、肌にキレイにのるんです♡

アルビオン オ
イルセラムフ
アンデーション
EX040

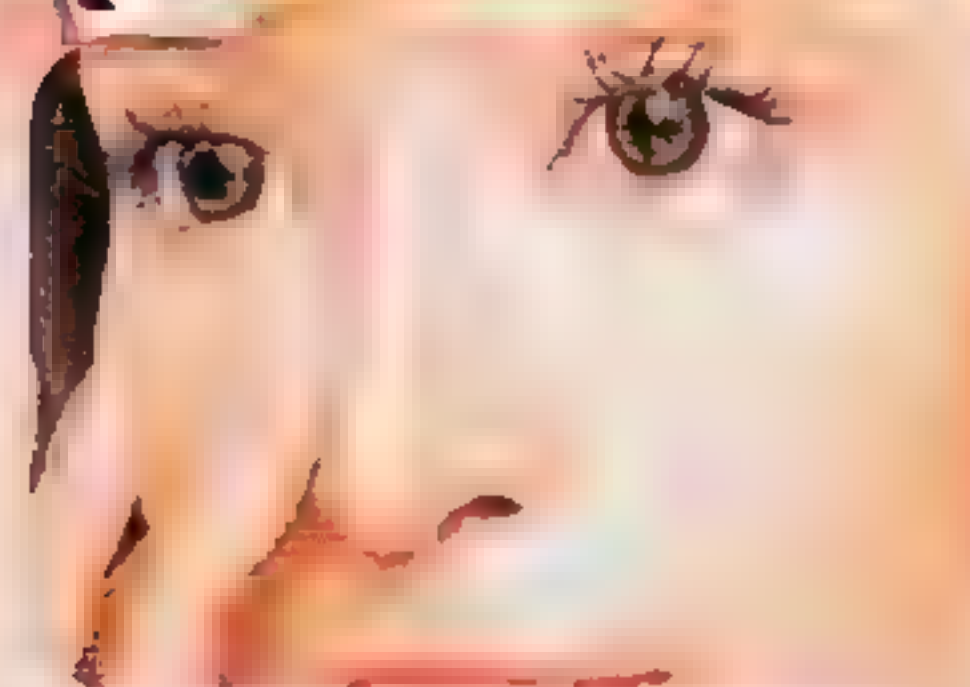
3 赤クマをカバー♡



赤クマをカバーしたいので、黄色っぽいコンシーラーを使用♡
目の下に置いて、指でなじませます♡

ポピイブラウ
ン インテン
シブ スキン
セラム コン
シーラー 01

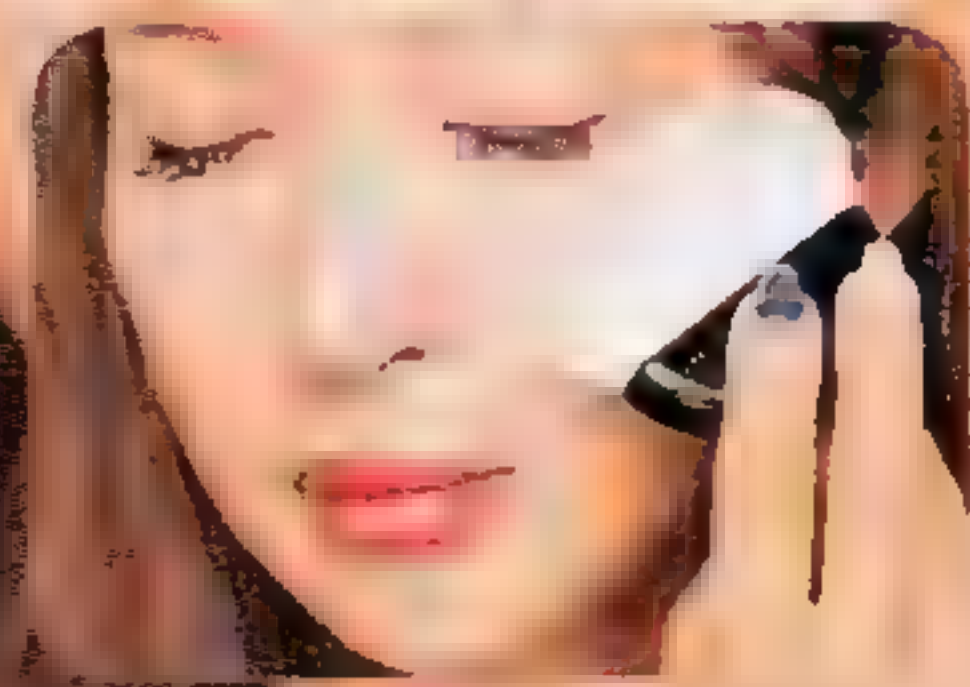
4 小鼻に塗る♡



小鼻に塗ってのばすと毛穴が消える♡
コンシーラーって重ねるほどヨレるけど、コレは塗った感0♡

ドンキで購入
超優秀で
すよ♡ ツル
リ 毛穴消し
ペン

5 小鼻の毛穴をカバー♡



小鼻の毛穴
部分にだけ
だどベタツとのみで

ブラシもアル
マーニ。アル
マーニマイク
ロフィール
ルースパウダー-1

お直しいらすのオイル
ファンデで一日中ツヤツヤ肌♡



ベースで操る血色メイク

何はともあれベースが大事! リップやチークで色を足しても顔色がどんよりしてちゃ意味ナシ♡
ちなみに「マット肌は老けて見える」という声がほとんど。ツヤ肌が基本です♡

Base
make

専属モデル 26歳 東京都
独身・子供なし
小原優花

MERI

はハイライトを
使い分けてシワやくぼみを
無かったことに♡

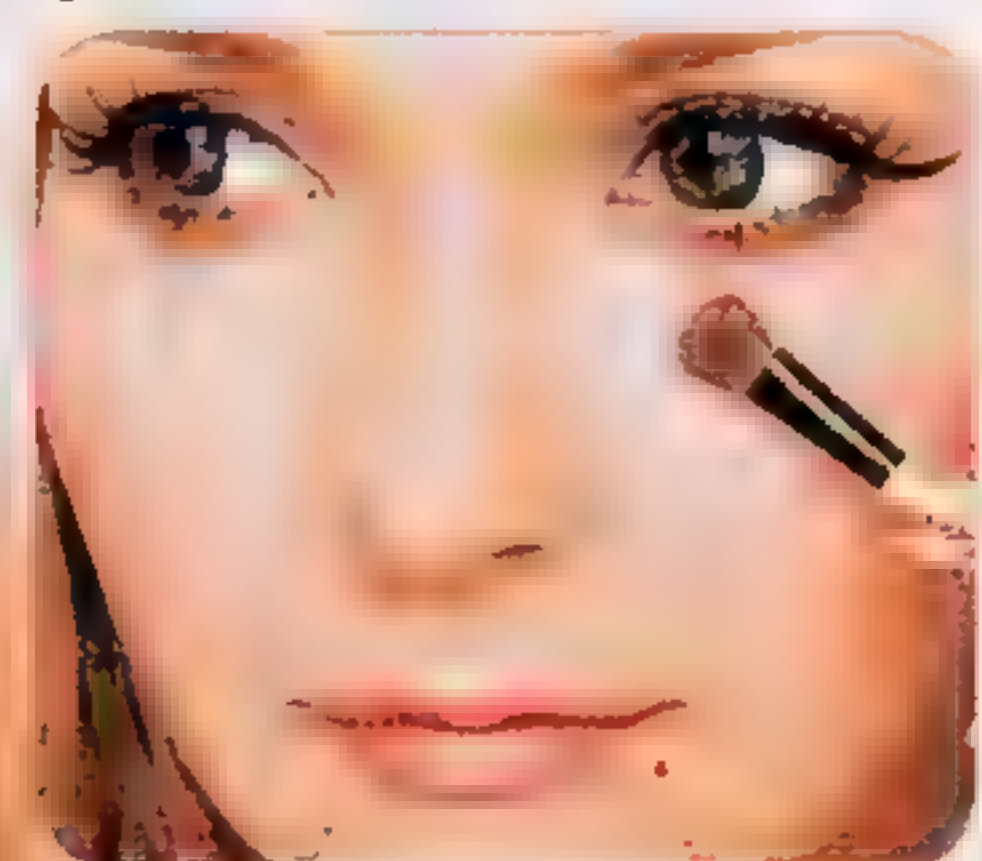
歳とともに濃くなっていく、ほうれい線やクマはページのハイライトで
飛ばしてる♡ さらに目元と口元に明るい色を使えば血色UP♡

肌なじみのいいハイライトで
ごく自然にシワを消去!

TOKYONADESHIKOプロガー (36歳/東京都)
バツイチ独身・子供なし
MERIさん

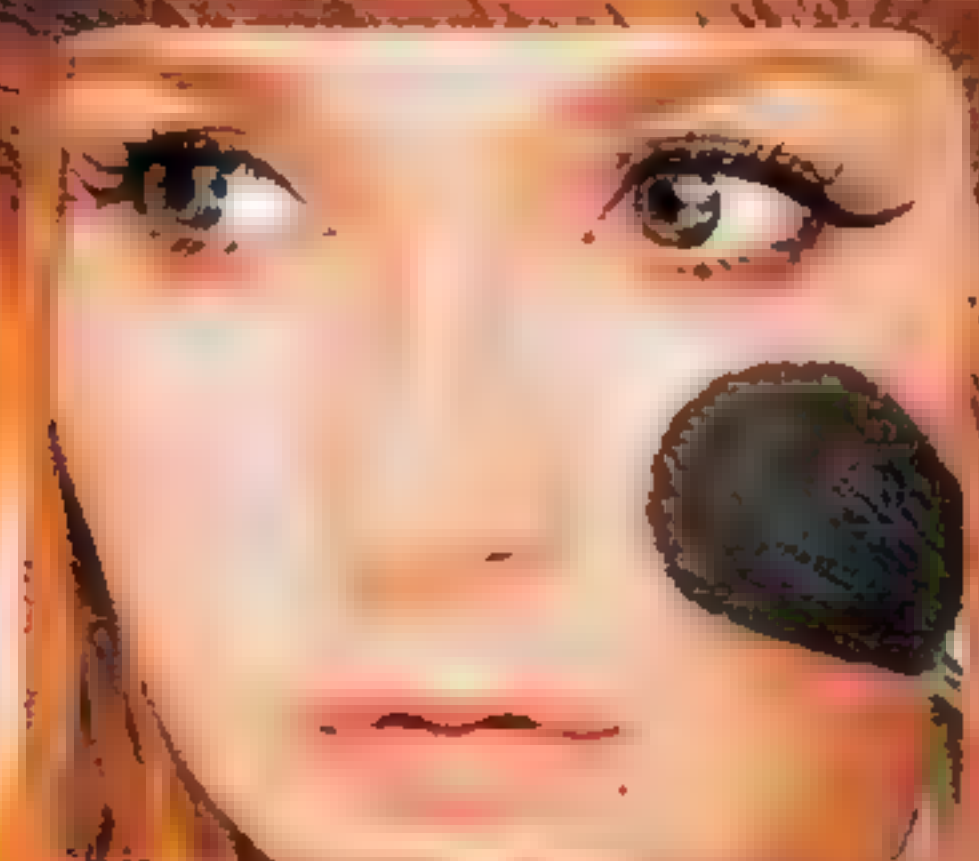
Point

1 セミマットなハイライトを★



キャンディードール
3Dハイライト ク
リームページ

2



頬骨の高い位置には、パール感の
あるハイライトを入れるよ♡ 大
きなブラシでフワッとつけるよ♡
M・A・C ミネラ
ライズ スキンフ
ィニッシュ ライ
ト スカーフ

目の下のくぼみ、ほうれい線、マリ
オネットラインには自然なハイライ
ト♡ 小さいブラシでのせるよ♡

パフで叩き込みながら
塗って肌の血行を促す♡

はピンク色の
ベースを使って

ヨカレンストラクタ (30歳/東京都)
独身・子供なし
真優川 咲

肌を明るく見せる効果のある、ピンク色の
下地を愛用してるの♡ クマのカバーにもな
るから血色メイクには欠かせないアイテム♡
ツヤ肌になると、光で毛穴とかのアラが飛
ぶからオススメだよ♡

美容室経営&アクセサリデザイナー (28歳/東京都)
既婚・子供なし
大城あいさん

あいは
ジョンファンデと
オレンジ色のルースパウダー

用のパウダーをオレンジ色にしたら、顔色が花
クッションファンデにした化粧ノリの悪さも

粉っぽい仕上がりになる
パウダーファンデとは決別!

をUP♡

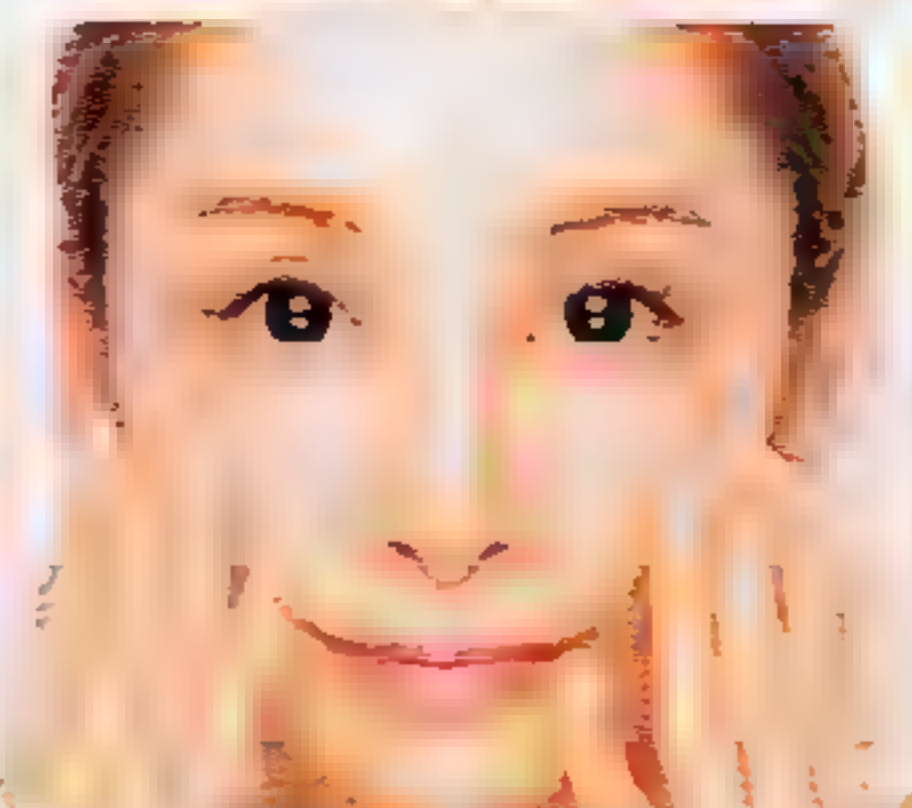
2



MISSHAのオイルファンデはカバ
ー力があるのにツヤ肌に仕上がる
の♡ しっかりのはすよ♡

MISSHA SIGN
ATURE SUPE
R LIGHT オイル
ファンデーション
W23

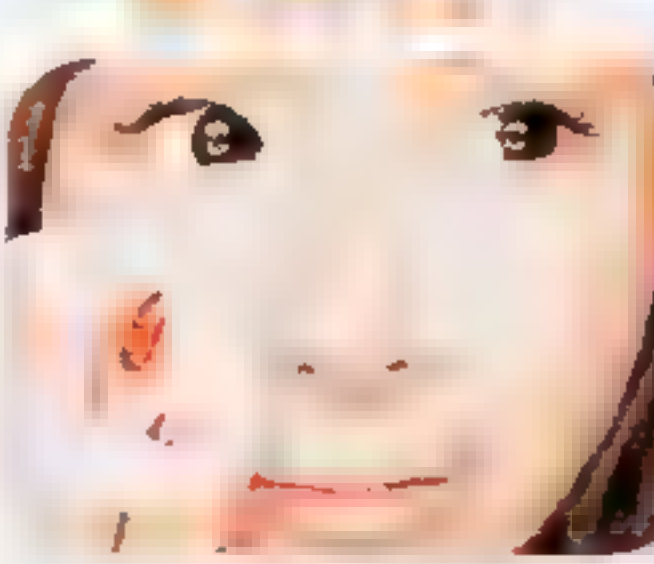
1



くすみを飛ばすピンク色の下地が
ジルで、MISSHAのは毛穴カバー
用♡ 1:1の割合で混ぜてるよ♡

(右から) MISSH
A BLURRING
PRIMER、ジルス
チュアート ティ
ントコントロール
ベース01

4



オレンジ味の強いパウダー
を全体になじませたら完了!
セミマットな血色肌になるよ♡

Koh Gen Do マ
イファンシー
プレストパウダー

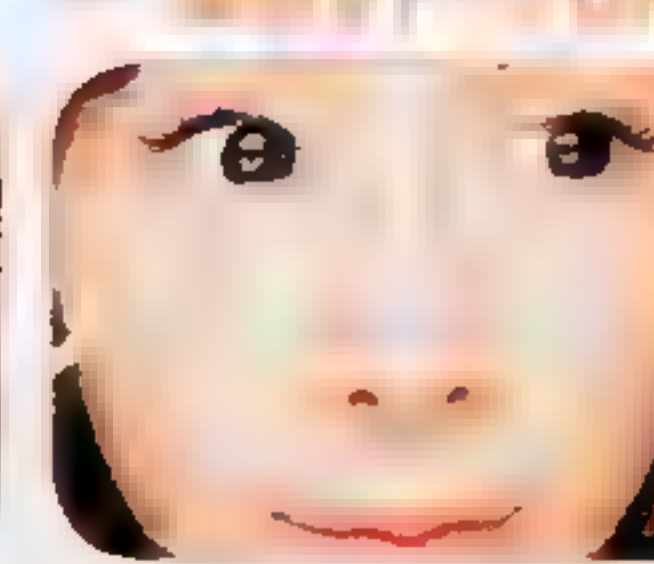
3



お粉の前にのせると、頬の
内側からポツと色づいたよ
うな発色になるの♡

shu uemura シ
ルククッション
チーク pink

2



目の下にコンシーラを塗る
♡ ファンデと同じメーカ
ーで統一してるよ♡

フローシ エリ
アファンディ Na
tural

1



最初にクッションファンデ
を顔全体にのせるよ♡
コレは仕上がりも自然♡

フローシ イオ
ンデクッション
クッション Color01

佳那恵

は

ツヤ感のあるチークを使って オトナな血色肌。

前は濃いアイメイクにベージュリップが良かったのに、今は微妙にチークは高い位置に入れて、リップを明るい色にただで顔色がパツと明るくなったよ。

ガーリーなピンクチークは
似合わないからツヤで勝負！

PWM

1



チークを高い位置にいれると若く見えるってTVで見てから実践(笑)。インッシュ、チーク、オレンジブラウン系を使用。

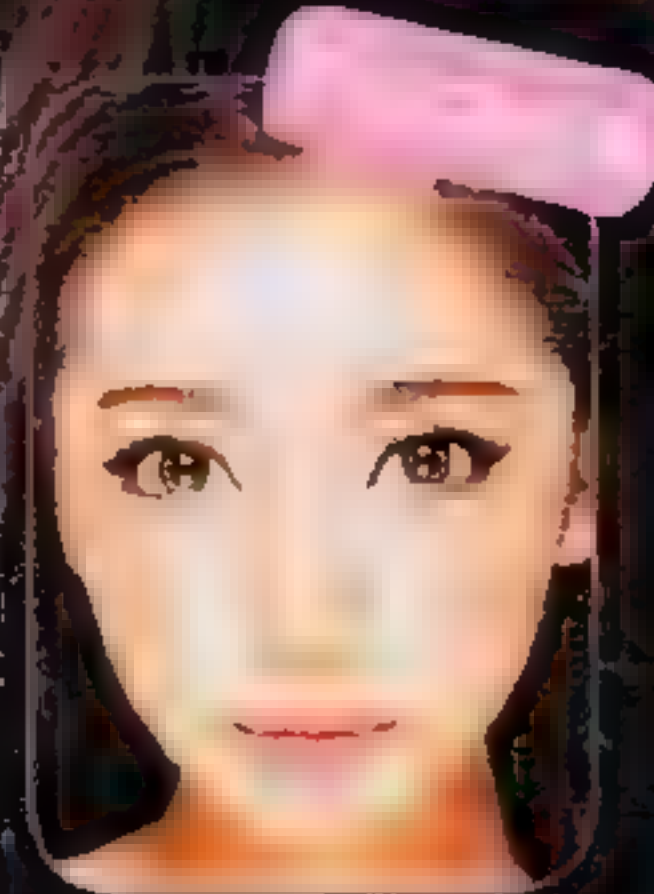
M・A・C ミネラルライズ スキンフインッシュ、チーク、キープロンス

2



ピンク系のリップも似合わない。リップはチークに色を合わせたいから、オレンジ寄りの色に。

イヴ・サンローラ シルージュヴェリブテ シャインNO.20



頬骨に添ってオナメにONなイメージには、リゅうちえるくらい高い位置に入れている笑。

専属モデル(31歳) 東京都
独身・子供なし
杉山佳那恵

色とツヤでみせる血色メイク♡

Cheek

どんよりくすんで見える顔色を、手っ取り早く明るく見せるにはチークが使える。重要なのは、「ツヤ感のあるチークを選ぶこと」と「入れる位置」ということが発覚しました。

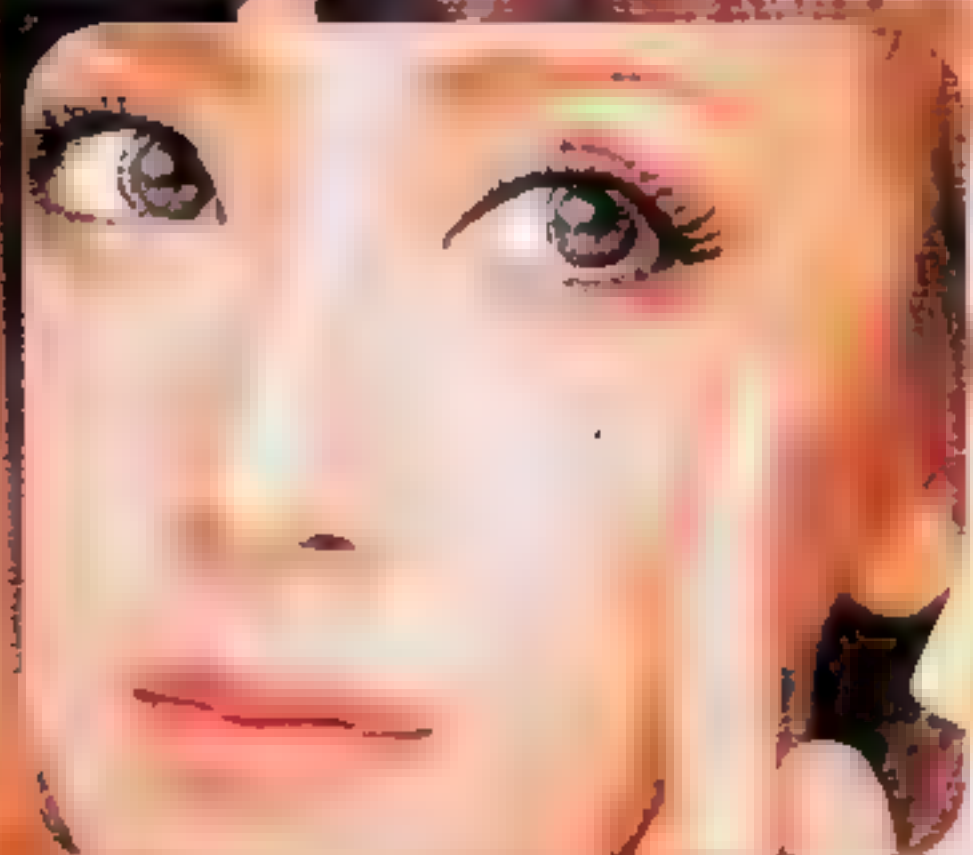
美味はリキッドチークと リップをMIX♡

最近、目の下のくぼみが気になる♡ コンシーラーを使ってカバーしてたけど、血色よくは見えないよね♡ それより、ツヤの出るチークの方がカバーできるって気づいたの♡

疲れて見える目の下のくぼみにチークが効く♡

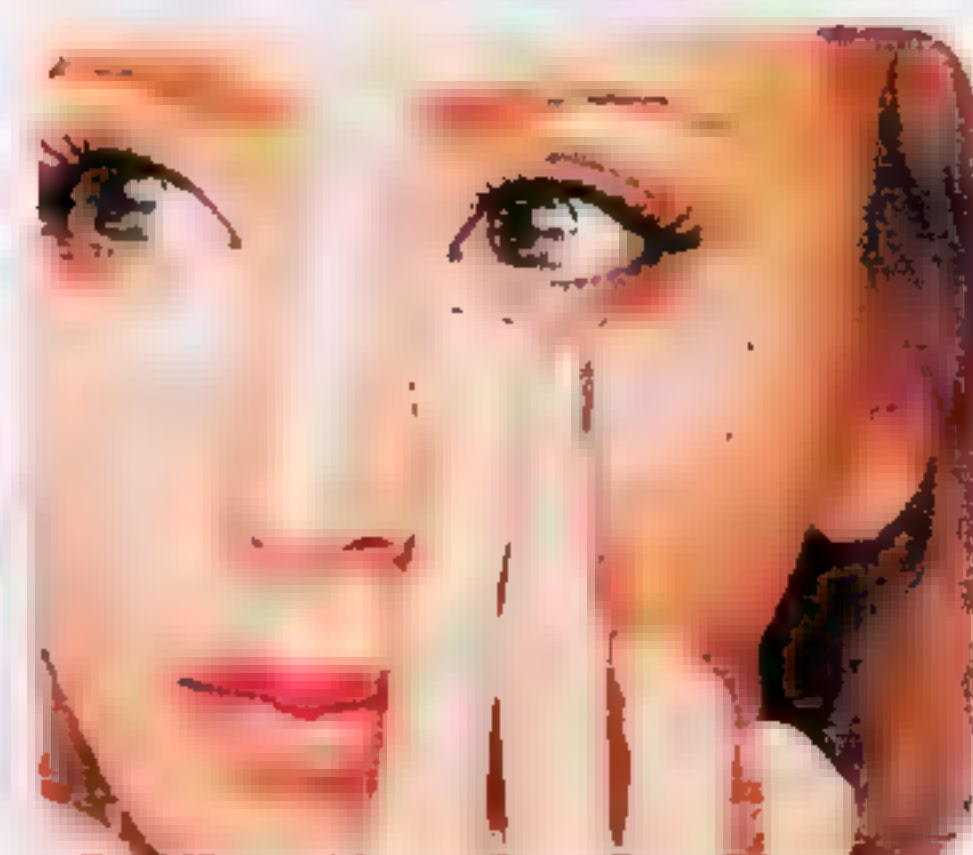
カラコンアドバイザー(32歳/東京都)
独身・子供なし
美味さん

2 濃い色は後から重ねる



濃いめのリキッドチークは、頬骨の高いところ中心にのせるよ♡ 指でなじませて自然なグラデに♡

1



黒目の下中心にチークをなじませていく♡ 指のお腹を使って、優しくポンポンのせる感じ♡

Point



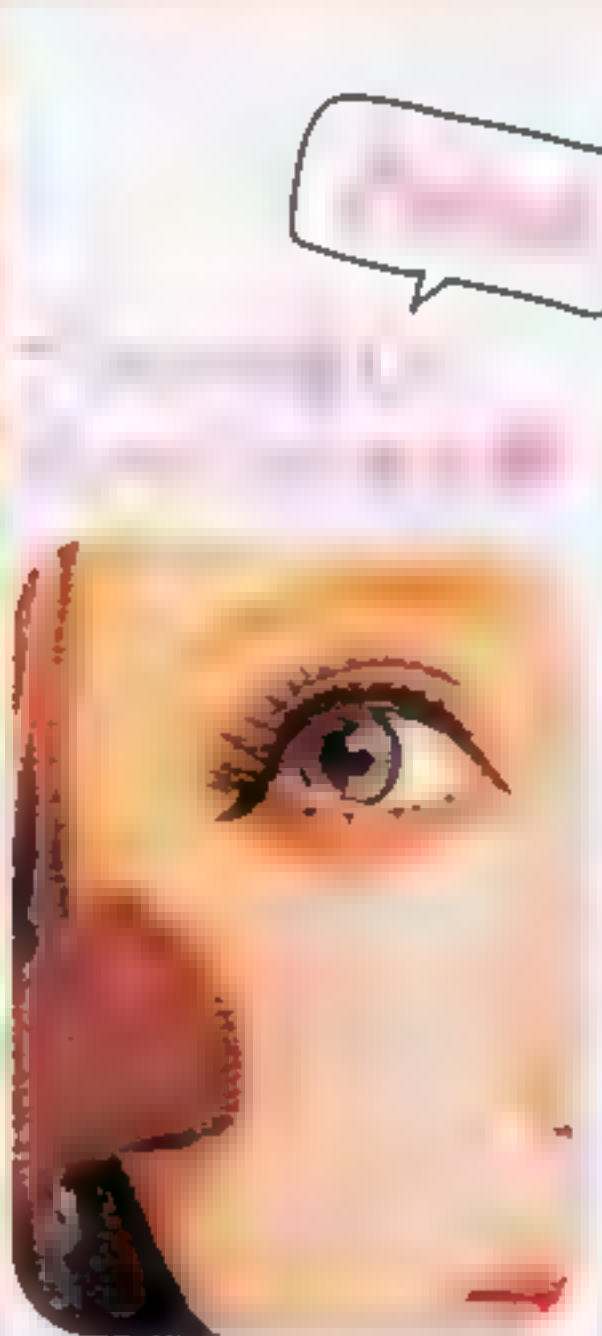
ヴィセ リシェ リップ&チーク クリームPK-7



ふんわりチークを高めに
入れて20代の肌ツヤに♡

莉菜はチークを上め、
入れてリフトアップ♡

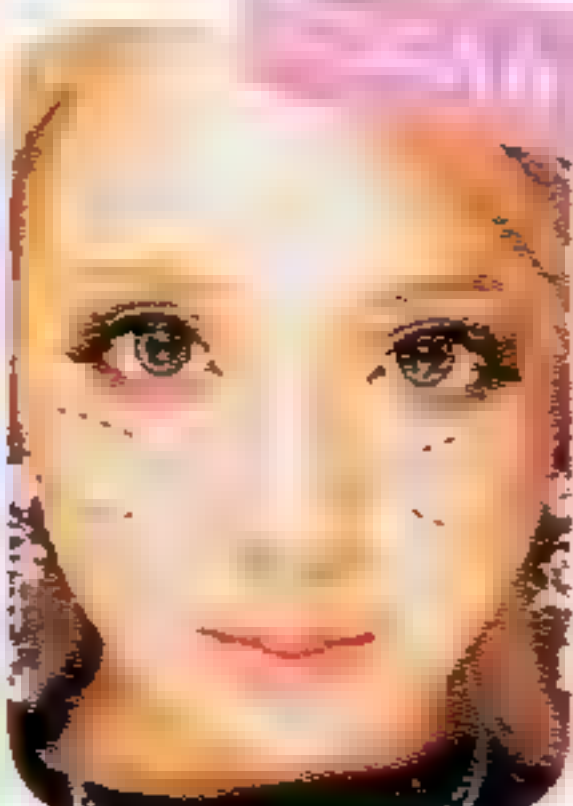
前はチークを指でのせてたけど、最近はずり落ちなくなった♡ なぜならその方が広い範囲にふんわり



下シャドーとくつつき
そうな勢いで、高めの
位置にチークを入れて
るよ♡ 横長にふん
わりと入れてるかな♡



アナスイ ローズチーク
カラー N 301



下シャドーとくつつ
きすぎも変だから、
最近は気持ち離すよ
うにしてる♡ 少し
ナナメに入れてる♡

スタイリスト KOKYONADESHI KOPPOGAI (36歳/東京都)
独身・子供なし
ナナメさん

ツヤ感をプラスすると肌に
透明感が出るの♡

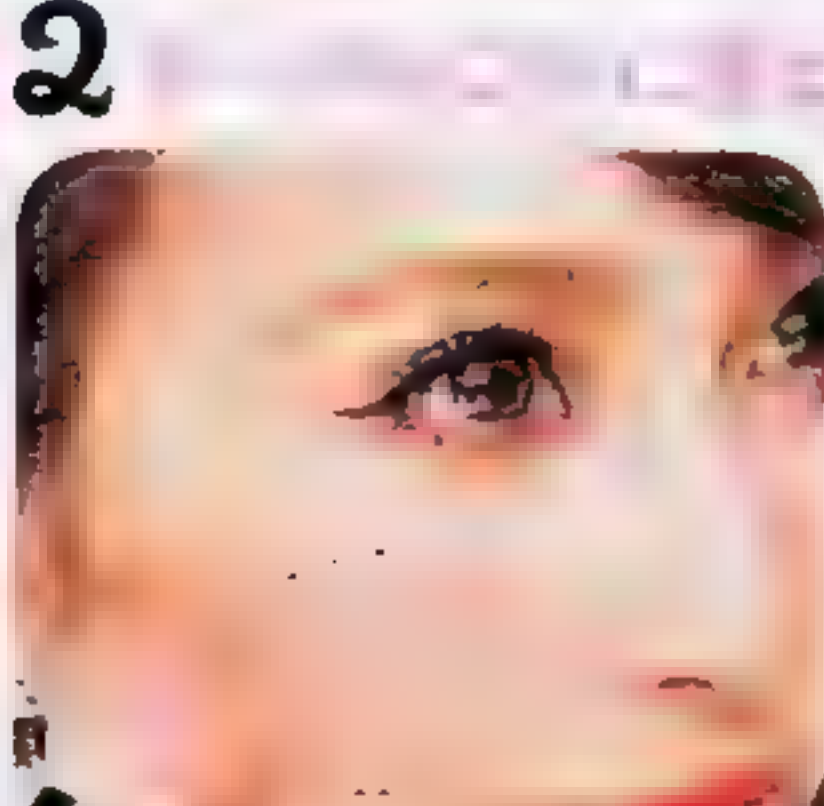
祐香はチークを
ボカして自然なツヤに♡

頬がコケてきたことにより、昔より面長になった気がするの♡ だからチークで立体感出してフワッとさせないと大変なことになる!

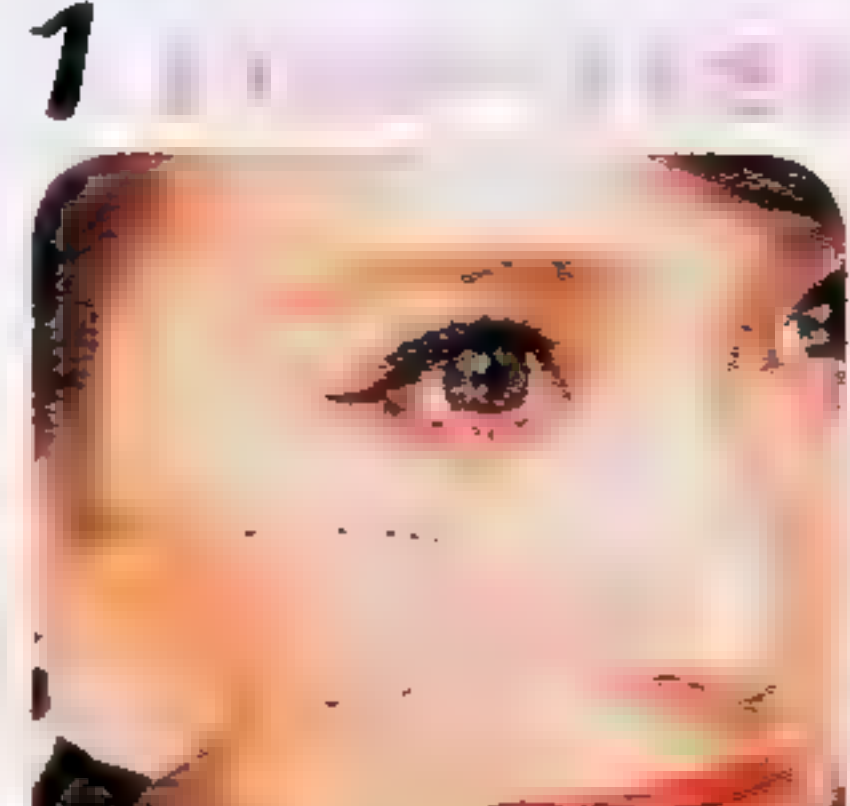
Point



チークの周りにキラ
メキを足すことでふ
んわり肌に♡ プロ
セス②のパウダーは
SBYで売ってるよ♡



プロセス①でのせたチークを
フチどるように、ツヤ感のある
パウダーをボカして重ねる♡



頬骨に添ってチークをのせる
よ♡ 横長、気持ち上めになる
ように入れるのがポイント♡

Witch's P
ouch 05 R
OSE BLO
SSOM



ヴィセ リ
シェ フォ
ン
ギーオン
チークス
PK801

ボリユームはあるけど色を
つけなきゃ顔がパツとしないぜ

専属モデル(33歳・東京都)
早川沙世

沙世はリップを
4色重ねて顔全体も
明るく見せる♡

唇にあるホクロを隠したいのと、年齢的に明るい色を使わない
と顔全体がくすんで見えるから、自然とリップが濃くなってきた

Point

1 ボヤけから唇の輪郭をしっかりと★



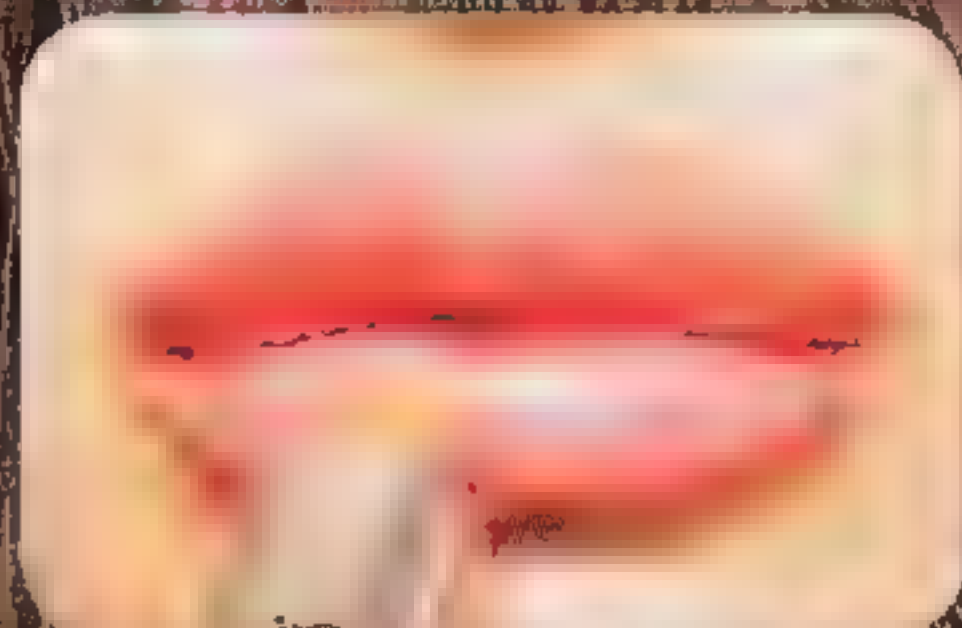
輪郭を口元と口角、右下にあるホクロをカバーするためにここだけ量り多めに塗るよさ
シャネル カラー
エッセンス リーム
スチール 40

2 全体的に塗って
唇が明るく♡



全体にまんべんなく塗って、唇のかわいらしい色にするよさ。カバーしすぎないかな、かな。気持ちボリユームだね。
Sephora Rouge
3350A R33

3 シンク味を抑えて
赤色が調整し♡



この色味をハッキリさせるから、抑える意味で塗り過ぎない♡ M・A・Cのリップは、色味も香りも好きさ。
M・A・C
スティック
グランド

4 仕上げはグロスで
ツヤをプラス♡



ブルブルに仕上げないから、締めはグロスで、ツヤがにじまないように。全体にまんべんなく塗る♡
Dior Addict GL
OSS 553

08

ジュ系は絶対♡
lip make

今は色ツヤなしのリップでは病人
たちが多数存在していました

RIRIは体温によって 色が変わるグロスを塗って 元から血色いい口みたく♡

前までは赤とか濃いめのリップが好きだったんだけど、なんだかオカミみたいになって思うようになって♡ 引き算しました♡

リップクリームよりツヤが
あって口紅よりも自然な発色♡

Point
とろっとした色ツヤが♡



唇全体を塗るだけで、塗ってすぐ涼やかにピンクっぽい色になるよ♡ 口紅と重なるから便利♡

キャンメイク ユ
アリップオンリー
グロス02

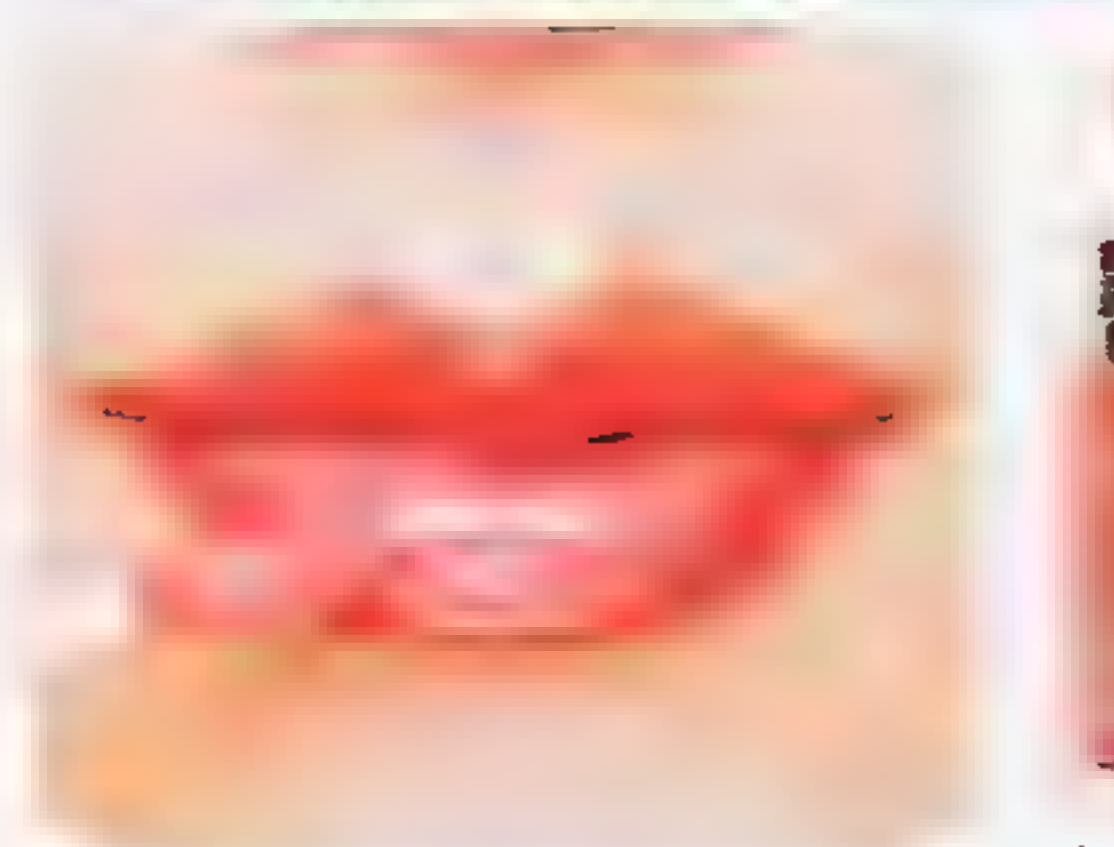
唇の色が悪くなってきたから
急いでリップで応急処置！

医療関連会社勤務(33歳 東京都)
既婚・息子1人
古橋綾香さん

綾香は塗るヒアルロン酸で
内側から血色いい口みたく♡

美容皮膚科などの医療機関でしか売ってないらしい「塗るヒアルロン酸」が近ごろお気に入り♡ 普通のグロスみたいに使用して、唇の血色もUP♡

2 唇全体に重ねて塗る♡



唇全体に重ねる♡ 塗るとスースーして、本当にふっくらするの♡ キレイなコーラル系の発色♡

1 唇全体をまんべんなく塗る♡



全体的にリップをまんべんなく塗る♡ サンローランのリップはツヤツヤで発色バツグンなの♡

Point
色★



イブ・サンローラン ルージュ ヴォリュプテシャイン NO.14

ハデだけどケバくない♡
絶妙なビビッドピンク♡

CHIHAは
ケバくない
赤リップの使い方をマスター♡

この場合マット肌が好きすぎてやめられないから、病人みたいな顔になるのを防ぐためにもリップの発色をよくするのは絶対！

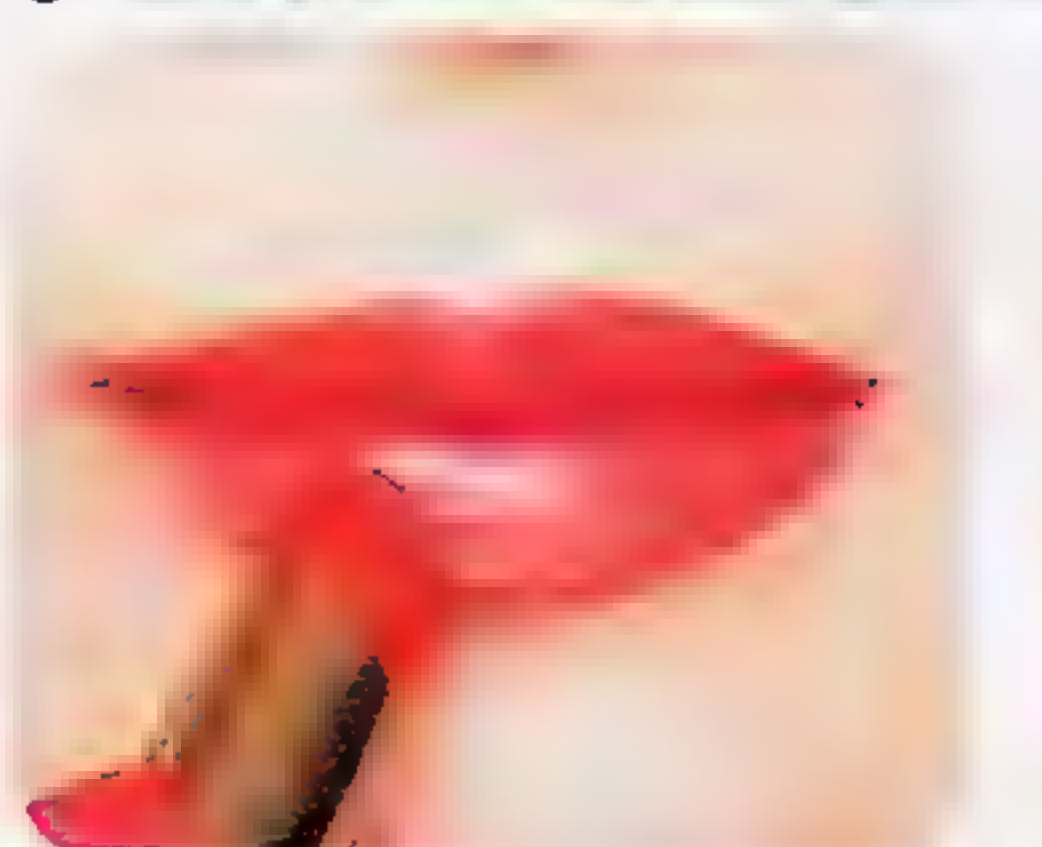
ダイエットアドバイザー(28歳 東京都)
独身・子供なし
CHIHAさん

2 濃いめのピンク色♡



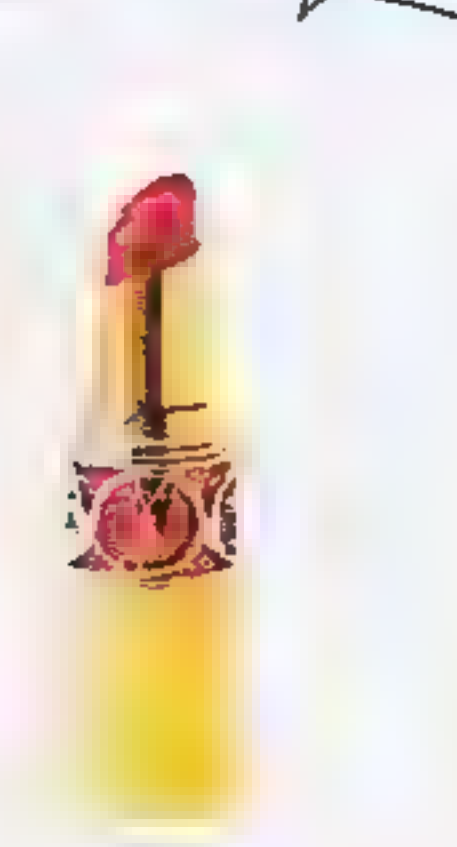
上からグロスを重ねると、リップの赤がやわらいでケバくなりすぎない♡ ぶるっと仕上がるよ♡

1 唇全体をまんべんなく塗る♡



発色のいい赤リップを唇に塗るよ♡ オーバーしないようにキッチリとキレイに塗るのがポイント♡

Point
色★



イブ・サンローラン M400

NYX リップグロス LG157

本編には入りきらなかった血色UPテクニックをご紹介します♡

血色メイク番外編

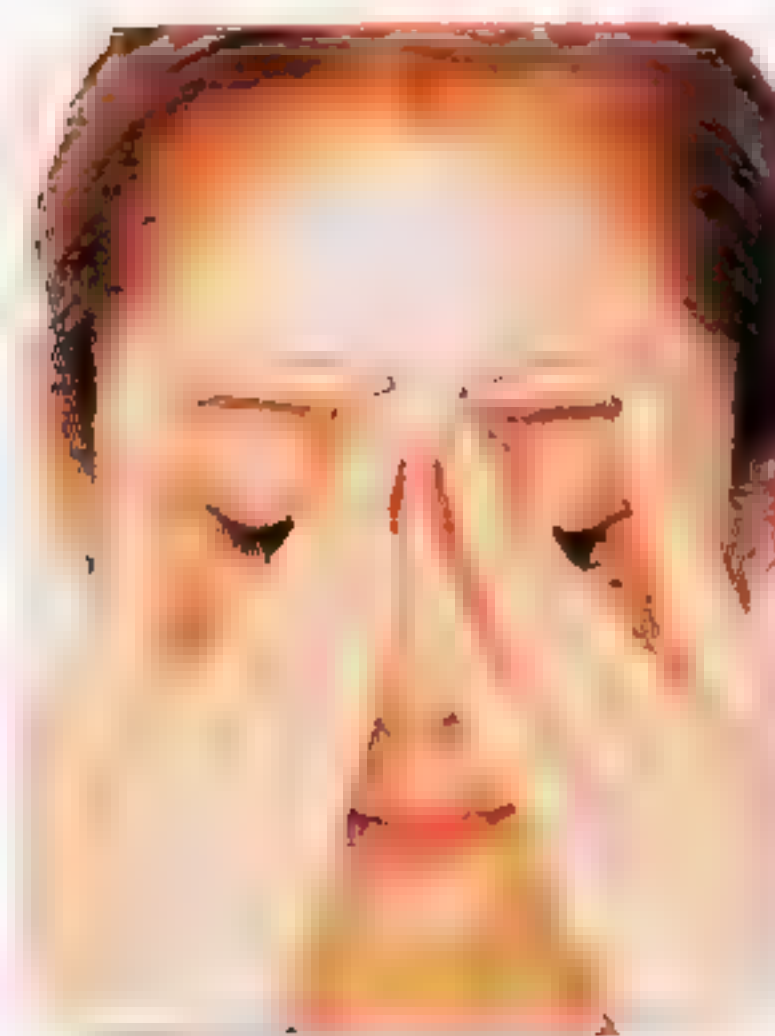
実は他にもまだまだあった、血色をよく見せるための方法アレコレをまとめました♡
どれも今すぐ取り入れられるものばかりなので、良かったら参考にしてみてください♡



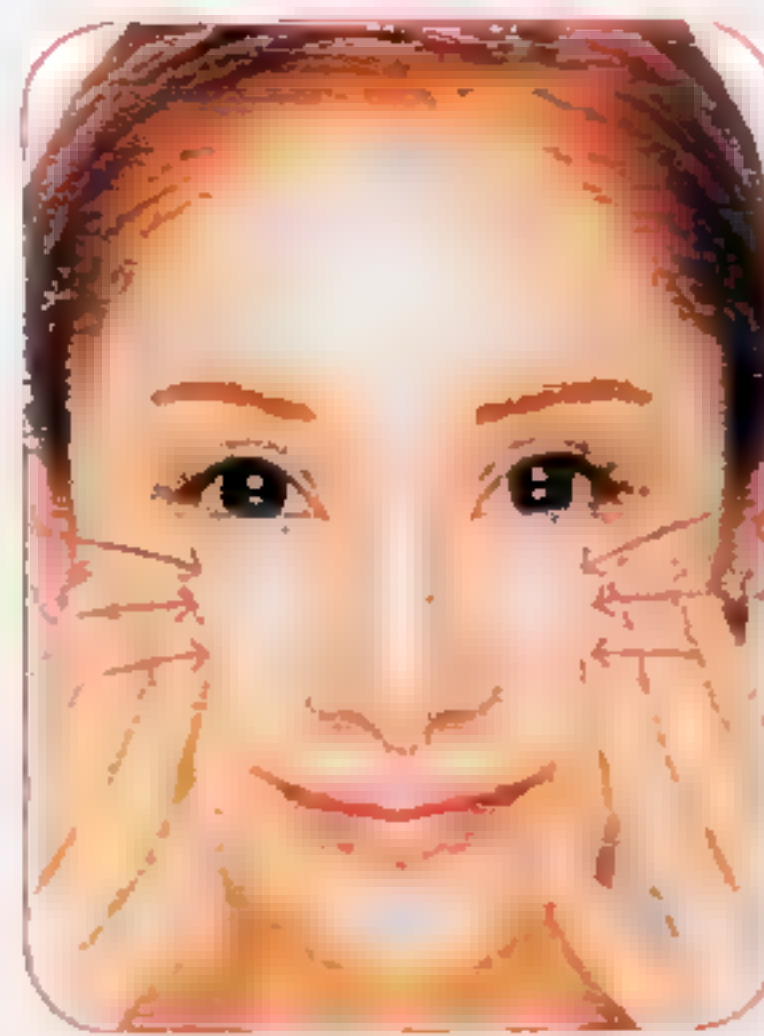
番外編
02

咲は、ことあるごとにマッサージュをして、
元から肌ツヤがいい人
みたいにしていた♡

2 眉頭のくぼみを
ぐぐーっと★



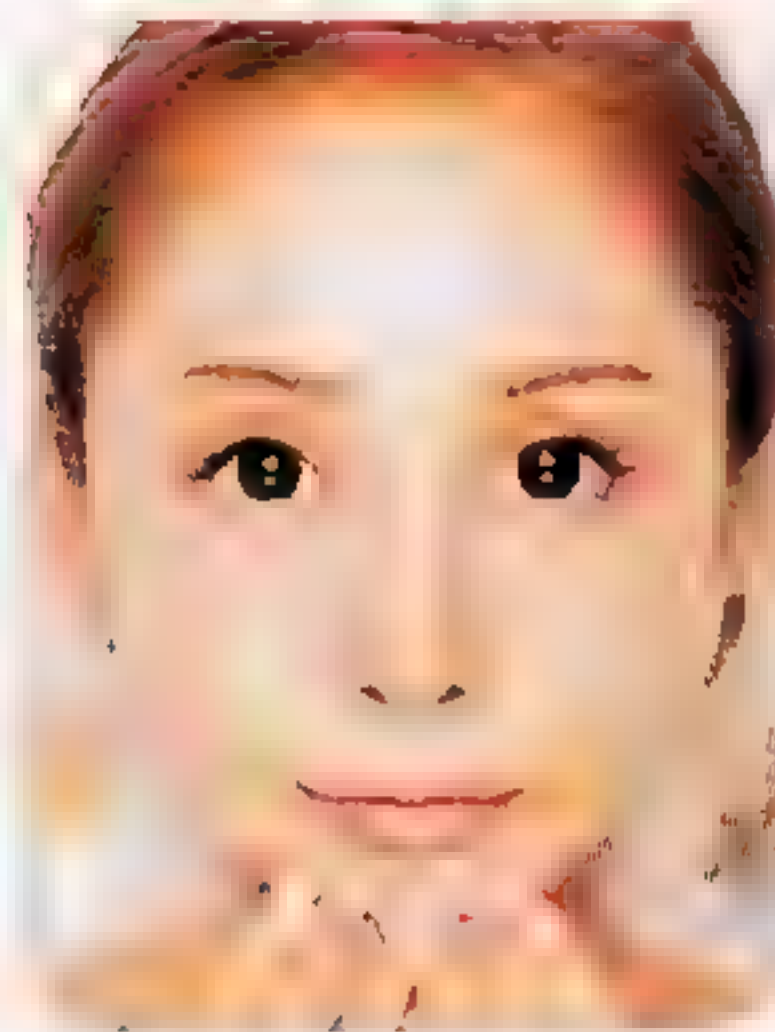
1 メイク前に頬を
ギュッと刺激★



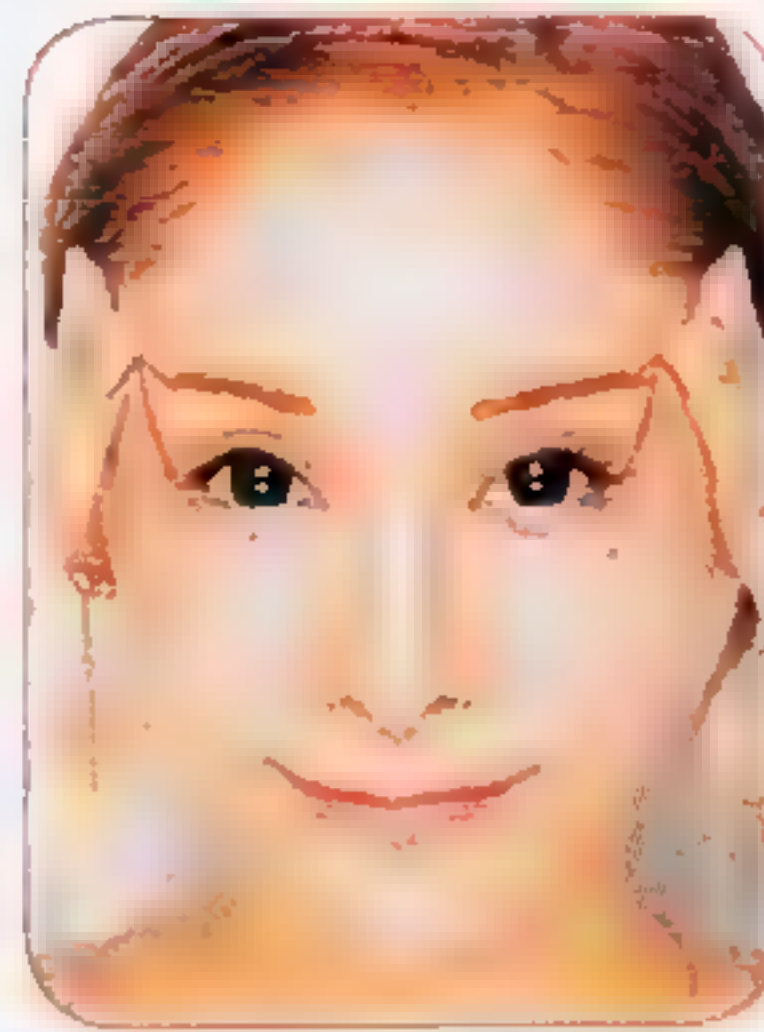
ここをぐぐと押すと、目まわりの血
行がよくなって顔色が明るくなる
と思う♡ 指のお腹でやさしくね。

肌って、ぎゅーっと圧迫したら一時
的に赤くなるでしょ？ それを利用
♡ まず頬の高い部分をギュー

4 最後はアゴを指
のお腹で刺激★



3 こめかみを押し
ながら引き上げ★



アゴも押してあげると血行がよく
なる♡ このとき唇を軽く噛むと、唇の
色もほんのり赤くなるのでオススメ！

ほんのり気持ちいいくらい力で、こ
めかみをグッと引き上げる♡ むく
み改善にもなって一石二鳥だよ♡

ちなみに

耳にチークを
ほんのり入れると、
より血色UP♡

赤ちゃんの耳って少し赤いの♡
それに気づいてから耳のてっぺ
んと耳たぶにも入れてるよ♡



番外編
03

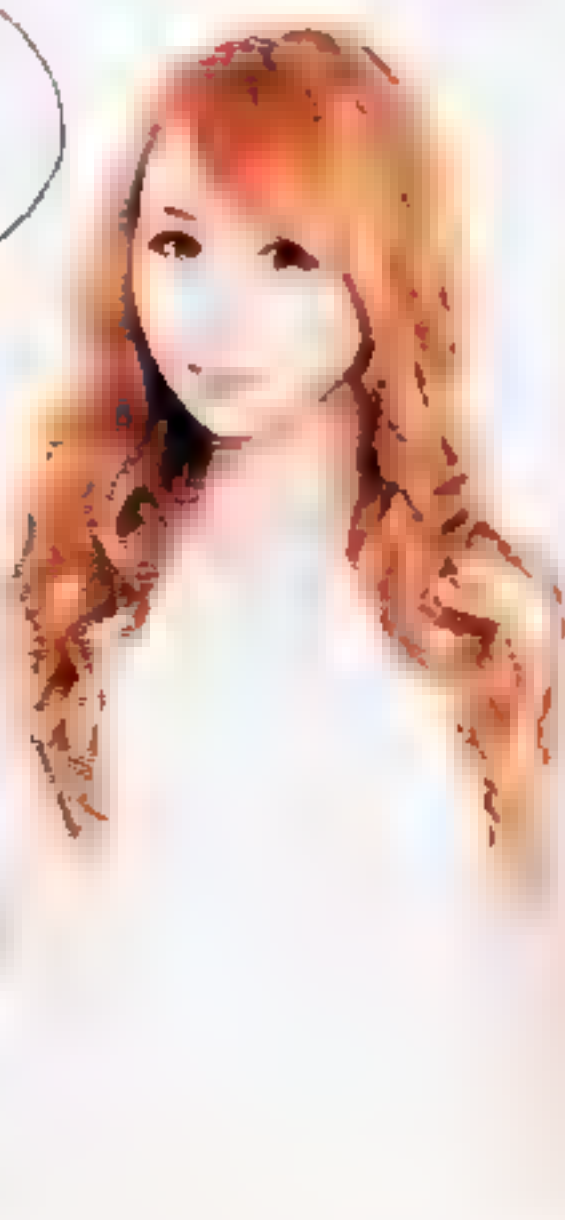
美和子先生いわく、
「唇へのヒアルロン酸注入でも、
リップの血色はよくなりますよ♡」
とのコト♡

唇のボリュームアップや形を整えるだけじゃ
なく、血色もよくなるというヒアルロン酸注入
♡ 美和子先生の「ラ・プージュ」デンタルクリ
ニックでは無痛で入れられるのが魅力♡



形の形成だけ
じゃなく、唇の
トーンUPにも
なるんです♡

渋谷フュージデンタル
クリニック院長(34歳/東京都)
独身・子供なし
木村美和子先生



番外編
01

アイメイクでも血色UPできます♡

CHIKAは

ウォームカラーの
シャドーを使って
凹凸と血色UP♡

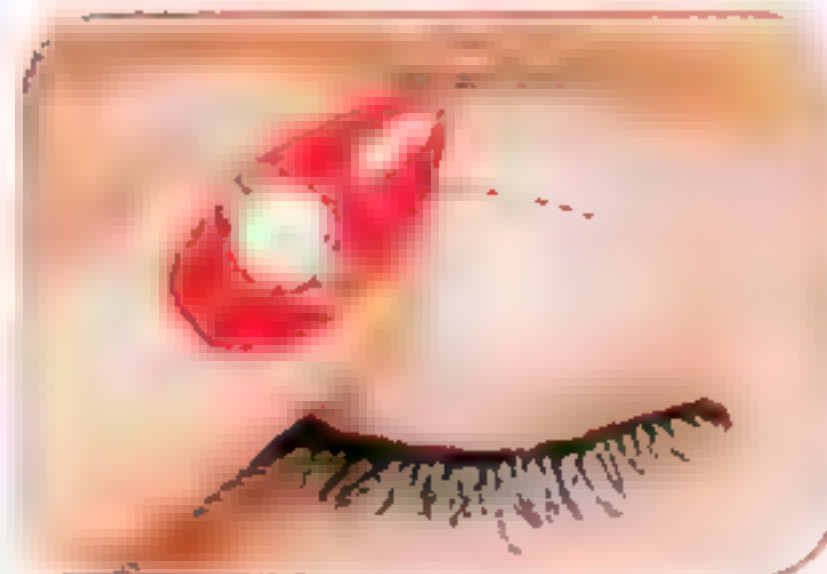
RIRIは

オーガニックコスメで
色素沈着を予防
しながら肌色も
キレイに整えていた♡

優花は

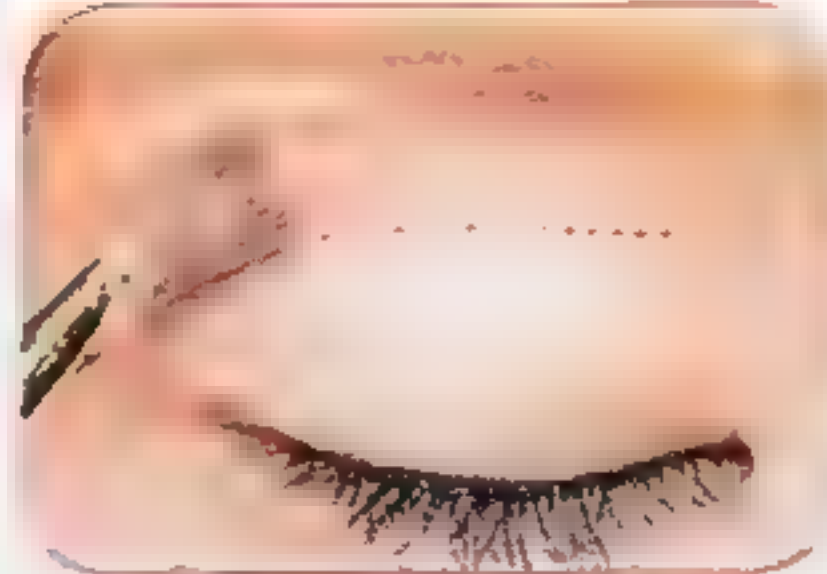
ツヤツヤのシャドーで
肌のツヤ感と
血色をUP♡

1 ベースで発色UP♡



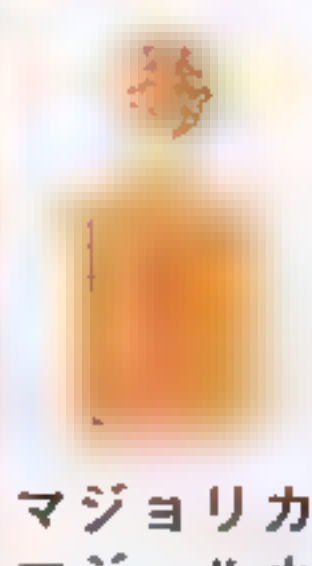
暖かみのある色を、より発色よ
くのせたいからアイホール全
体にまずはベースを塗るよ♡

2 眉下にシャドーを★



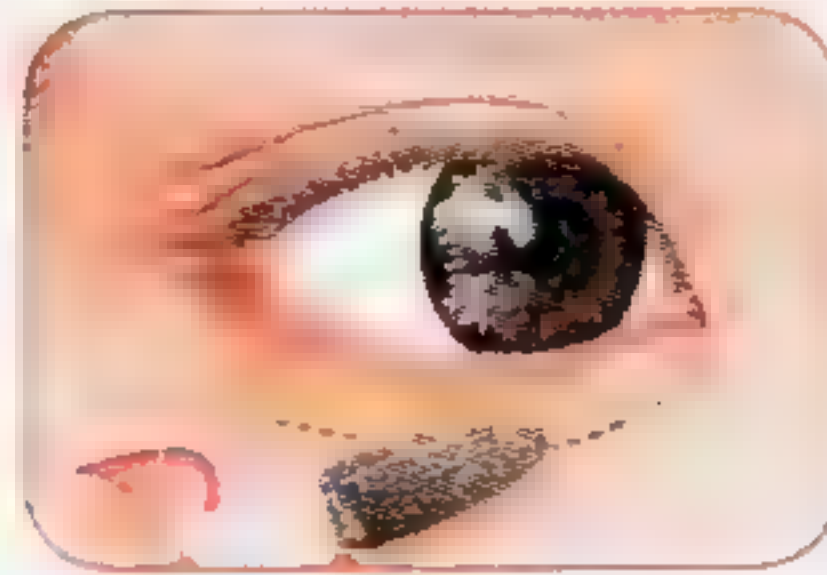
レンガ色のシャドーを眉下に
添うようにしてON★ 目元
に温かみと立体感が出るよ♡

3 二重がキレイに見える色



二重幅にシャドーを重ねる♡
この色は、目を開けたときに
二重がキレイに見えるの♡

4 下まぶたをキラキラに♡



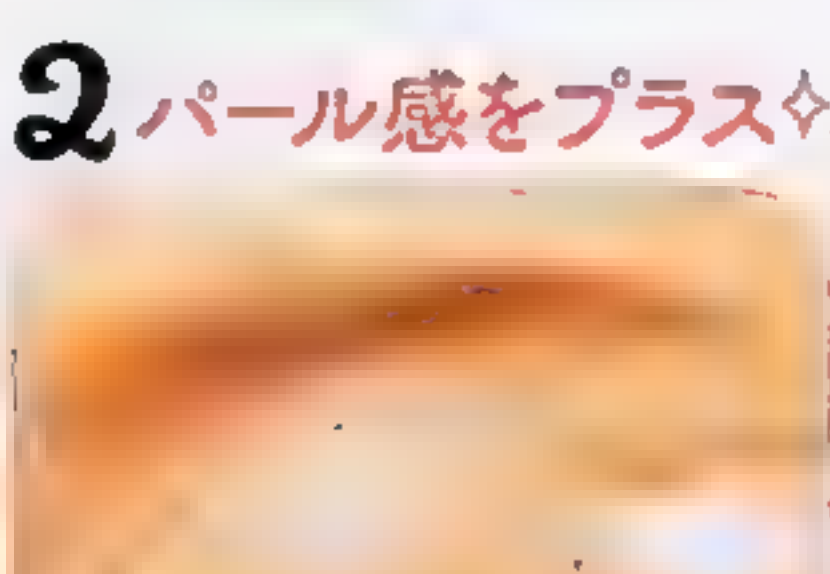
最後に、下まぶた全体にパール
感のあるシャドーを入れたら
完成♡ 目元が明るくなる♡

1 何はともあれベースから♡



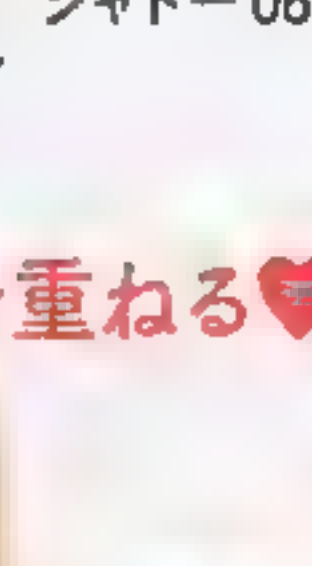
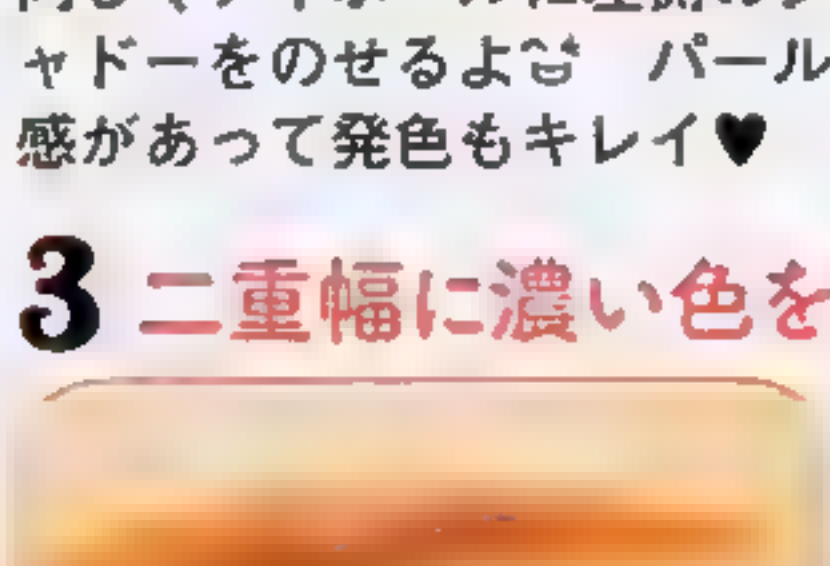
アイホール全体にアイシャ
ドーベースをON★ シャドー
のもちと発色がよくなる♡

2 パール感をプラス♡



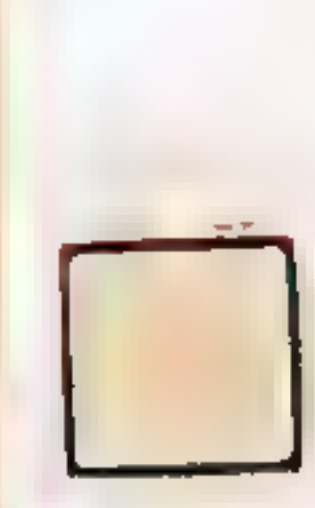
同じくアイホールに左側のシャ
ドーをのせるよ♡ パール
感があって発色もキレイ♡

3 二重幅に濃い色を重ねる♡



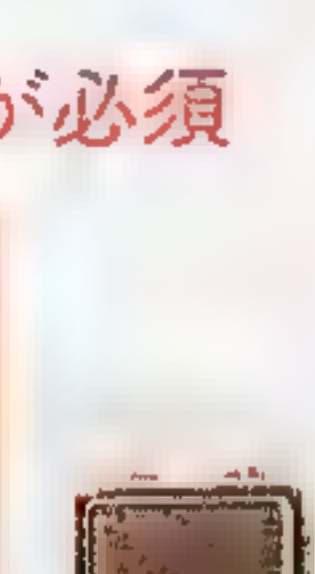
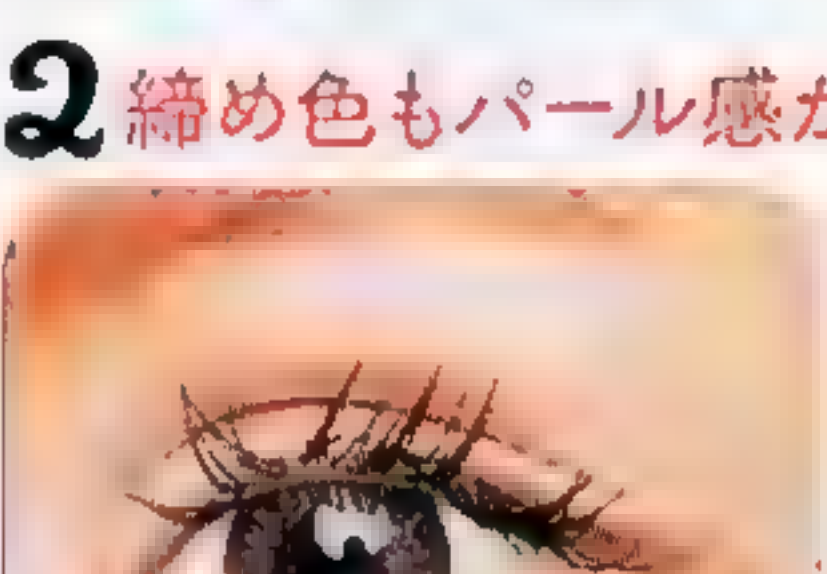
右側のシャドーをのせるよ♡
ベースから全部オーガニック
だからお肌にやさしいの♡

1 パールシャドーをON★



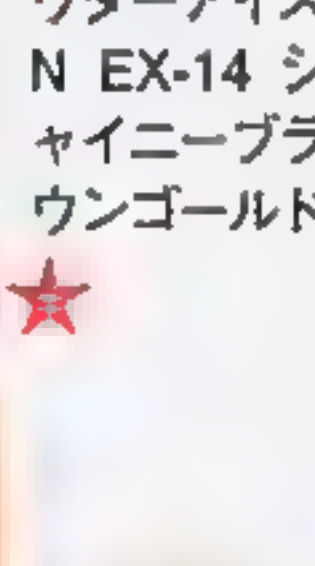
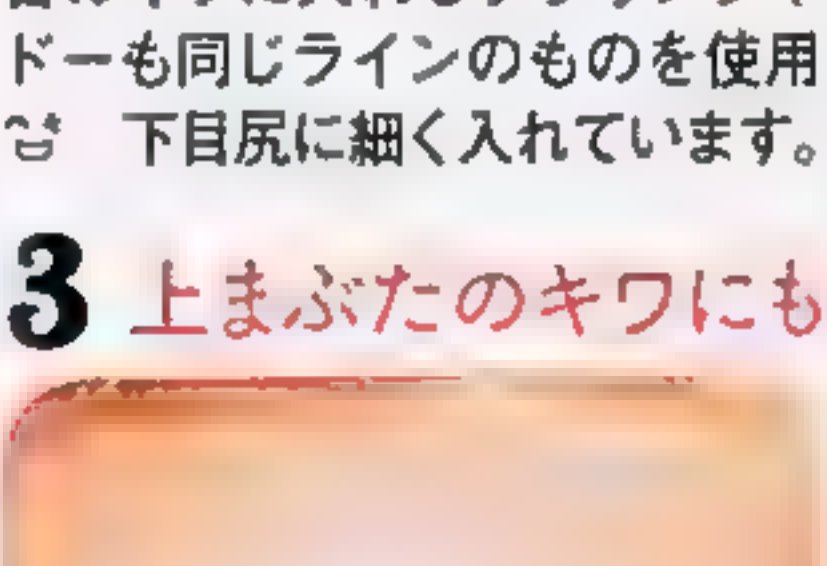
アイホールにシャドーをのせ
ます♡ まぶたの中央と目頭
にも塗り重ねると立体感UP♡

2 締め色もパール感が必須



目のキワに入れるブラウンシャ
ドーも同じラインのものを使用
♡ 下目尻に細く入れています。

3 上まぶたのキワにも★



同じ色を、上まぶたの目のキ
ワにも入れます♡ 平筆を使
って、なるべく細く細く♡





キツイ目元をイメチェンしたい



高須のクイック埋没法

両目 ¥90,000

メスを使わず自然な二重に

高須のクイック埋没法は、特殊な技術と極細専用手術糸で、一般的に行われている埋没法より取れにくくなっています。

ぱっちり盛りメイクに挑戦したい



全切開法

両目 ¥250,000

まぶたが厚い方にオススメ!!

幅広の二重を望む方やまぶたが厚い方、腫れぼったい目の方にオススメです。30分ほどの手術ではっきりくっきりした二重になります。

Yes! 高須クリニック

なりたい目もととは どのタイプ?

アイメイクの映えるデカ目から可愛い目もとまで、理想の目もとになるための美容整形をご紹介します。

可愛い目もとになりたい



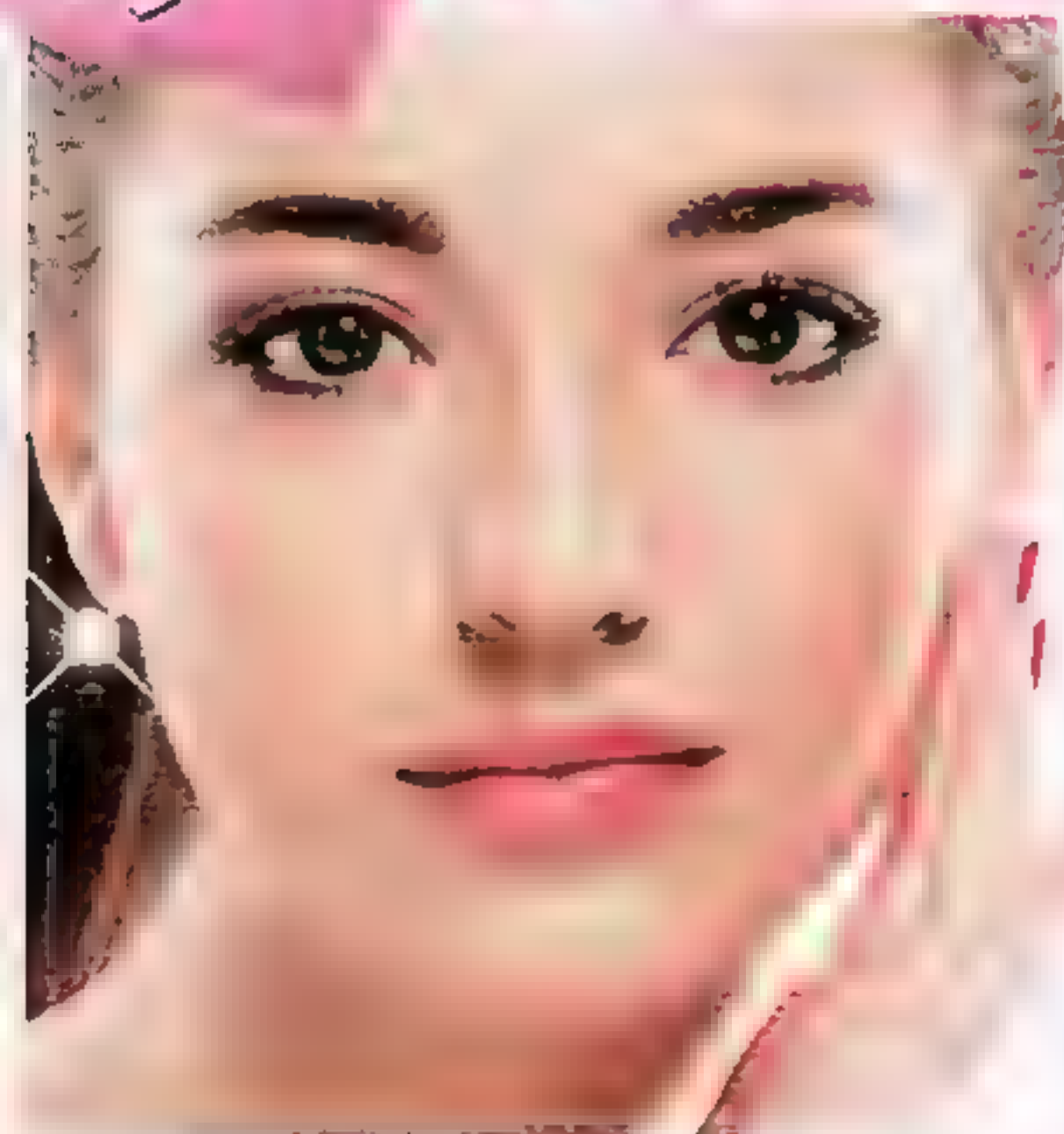
ミニ切開法+なみだ袋形成

両目 ¥250,000 両目 ¥100,000

わずかな切開で元に戻らない二重やメイクが映える幅広の二重ラインにしたい方、埋没法で何回も糸が取れてしまった方にミニ切開法がおすすめです。涙袋のヒアルロン酸注射を初めてされる方は、やや控えめに注入することをおすすめしています。

小顔

メソシェイプフェイス



小顔専用脂肪溶解注射

顔れを卸してスッキリ

エクササイズではおちにくい顔の脂肪をすっきり取り除きます。注射だけで済む手軽さで、脂肪細胞を溶かすから、リバウンドの心配もありません。

両頬1回 ¥60,000

あご下~フェイスライン1回 ¥60,000

エラボトックス・ボツリヌストキシン注射

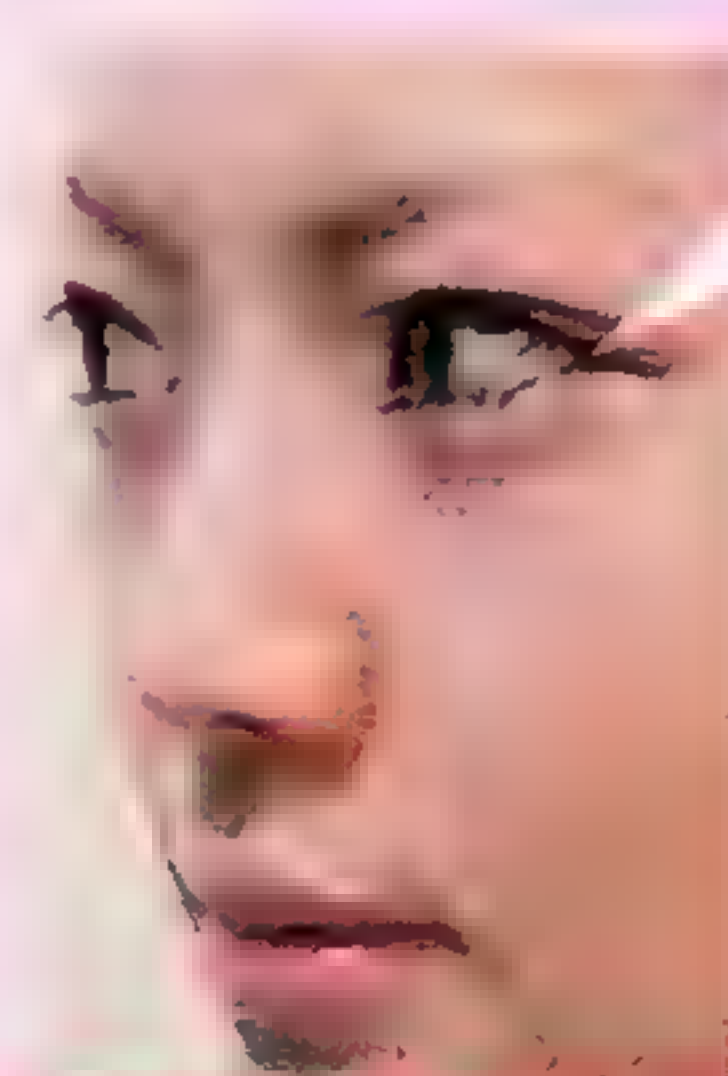
エラ張りの原因となる咬筋に直接注入します。注射1本打つだけなので約10分で終了します。術後、約3週間~4週間後くらいから、ダイエットに成功したように徐々にシャープになり、やがてほっそりとしたフェイスラインになります。

(プチ小顔術)1回 ¥150,000

鼻を高く

ヒアルロン酸注射 プロテーゼ挿入

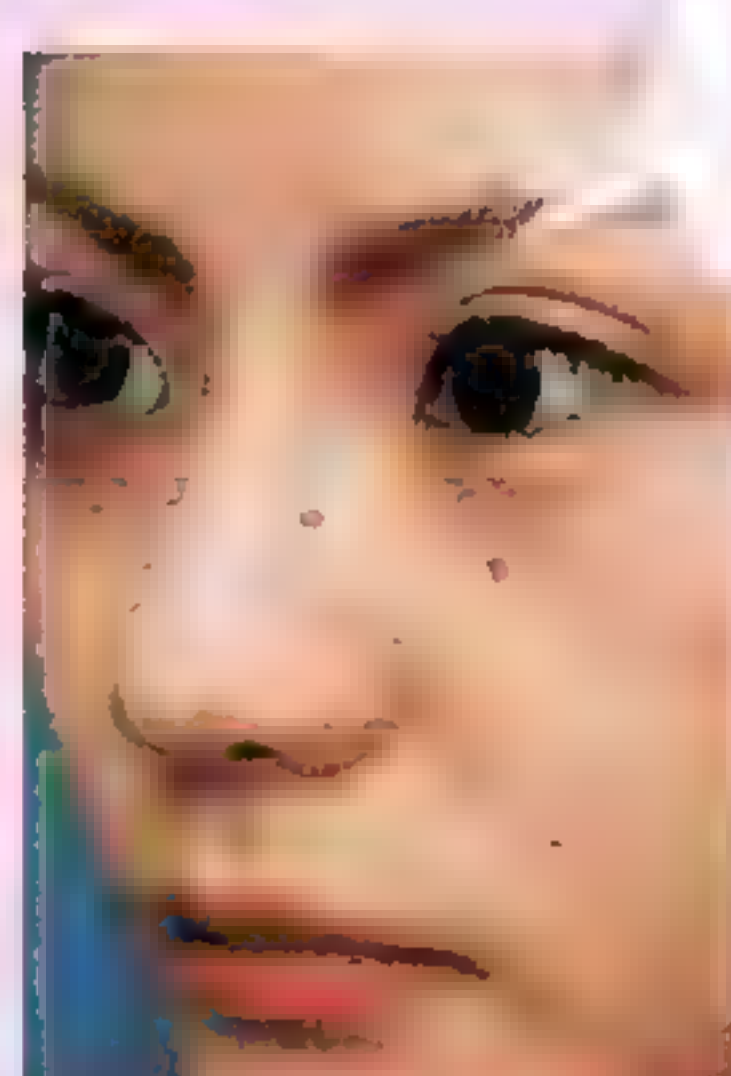
シャープラインノーズ (隆鼻注射) (隆鼻術)



¥150,000

鼻が横に太く
広がらないよ!

当院の鼻専用ヒアルロン酸【シャープラインノーズ】は、注入後に水分を吸収していくタイプのものなので、鼻が太く横に広がる心配がありません。従来のものより密度が高く、粘度・硬さがあり持続期間も長いのが特徴です。通常のヒアルロン酸は¥50,000です。



¥350,000

鼻筋を通して
目力もアップ!

鼻全体を形よく高くしたい場合に効果的です。半永久的に美しい鼻が持続し、鼻の穴の内側から挿入するので、傷跡が目立つ心配はありません。施術時間が30分と短いのも特徴です。

PRICE LIST

目	りんかく
目頭切開	両目 ¥250,000
眼瞼下垂	通常施術 両目 ¥700,000
垂れ目形成	両目 ¥250,000
美肌	バスト
ホクロ除去	1個 ¥2,000~¥150,000
ニキビ治療(フォトフェイシャル)	顔全体 ¥30,000
毛穴(フラクセル2)	顔全体 1回 ¥150,000
	脂肪吸引(頬・あご) 各 ¥280,000
	注射式(マンマリーヒアル) 10cc ¥70,000
	プロテーゼ挿入 ¥1,000,000
	乳輪黒ずみ除去 ¥30,000~¥32,000

ワキガ・多汗症
ボツリヌストキシン注射 (ワキ・手のひら・足の裏)
クイック法
ピアス
耳(指定ピアス持ち込み)
へそ・耳軟骨(ピアス込み)
歯科
オフィスホワイトニング
審美義歯

レーザー脱毛

従来の脱毛レーザー機器と比べ皮膚への負担や痛みがほとんどないのが特徴です。強力な冷却装置を搭載しており、肌を冷やしながらレーザーを当てていくため皮膚表面をしっかり守ります。一回の脱毛時間が短く広範囲を脱毛可能。また日焼けをした方でも使用できます。



両ワキ初回5回目までの1回毎 ¥14,000
1年間フリープラン ¥70,000

痩身

ダイエットやエクササイズを続けているのになかなかやせない、すぐリバウンドしてしまう方に。イメージ通りのボディに近づきます。

脂肪吸引 ¥200,000~¥570,000

イタリアンメソシェイプ(脂肪溶解注射) ハガキ大1部位1回 ¥30,000



施術内容・料金を知りたい方や症例写真も多数掲載していますので、こちらからクリックをお願いします。

高須クリニック 検索



ブログでも施術についてわかりやすく紹介していますよ!

<http://ameblo.jp/drmikiya>

*料金は、すべて消費税抜きの価格です。*大きさや状態に応じて費用が変動する手術については、カウンセリングで正確な金額を提示させていただきます。*公的医療保険は適用されません。*秘密厳守の医療ローンをご用意しています。*この料金表は、平成28年8月1日現在のものです。

美容外科 形成外科 美容皮膚科 歯科
高須クリニック

美容相談 ☎ 0120-5587-15
歯科相談 ☎ 0120-4180-86

年中無休・予約制・ローン・クレジットOK
<http://www.takasu.co.jp>

東京

地下鉄千代田線
赤坂駅5番A出口すぐ

横浜

JR横浜駅西口より
徒歩1~2分

名古屋

JR名古屋駅より
徒歩1分

米

地下鉄 米駅
1番出口より徒歩1分

大阪

JR大阪駅北側より
直結

☎03-3587-2061

☎045-322-1187

☎052-564-1187

☎052-971-6650

☎06-6372-5587

ハジケル女子ワールド! 躍る! 体験・体感!

COMEDY

ENJOY

Fashion

日本女子博覧会

JAPAN GIRLS EXPO 2016

MUSIC CIRCUS

RED

Gourmet & Sweets

MUSIC CIRCUS '16
DANCE MUSIC FESTIVAL
10.8 SAT 10.9 SUN

DANCE

PARTY

欲張り女子のスーパー女子会×日本初のカルチャー融合型オールジャンルフェス!
ステージを見て楽しんで体感できる大型エキスポ! 体験ブースは100以上!! ステージでは、豪華アーティストライブからファッション、占い、お笑いまで!

10.23 SUN インテックス大阪
OPEN 11:00 START 12:00 CLOSE 20:00 (予定)



Redfoo



今井兼



島袋聖南



杉枝真結



べこ・りゅうちえる



宮城舞



吉木千沙都



アポロン山崎



DJ Hello Kitty
©1976, 2016 SANRIO CO., LTD. TOKYO, JAPAN



DJ KELLY
(ギャロップ毛利)



DJ ケンジ
(モンスターエンジン大株)



DJ FUMI★YEAH!



DJ U.S.K



ケンドーコバヤシ



尼神インター



かまいたち



銀シャリ



桜 稲垣早希



藤崎マーケット



ゆりやんレトリィバァ



BOYS AND MEN



FlowBack



BANANA LEMON

チケット好評発売中!!

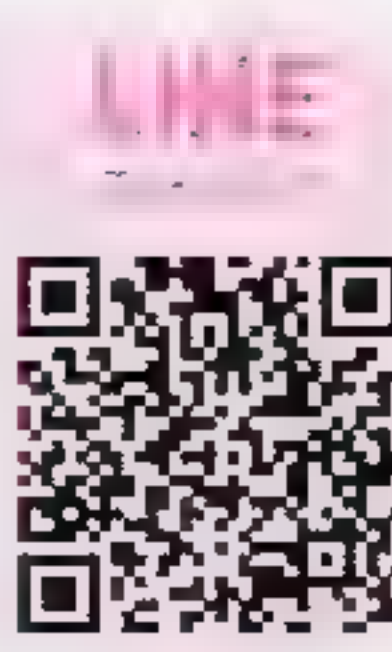
チケットに関するお問い合わせ キョードーインフォメーション
TEL: 0570-200-888 / 受付: 毎日10:00~18:00

¥4,000 (税込) ¥6,000 (税込)

さらに豪華アーティスト & ゲストが続々決定!

www.japan-girls-expo.com

女子博 Q Twitter Facebook



日本女子博覧会

主催: 日本女子博覧会実行委員会 企画: 株式会社よしもとクリエイティブ・エージェンシー、株式会社インタラクティブメディアグループ、株式会社トライハードエンターテインメントジャパン
制作: 株式会社ディヴェーション、株式会社ドリーム・ラボ 協力: 株式会社ネクストサティスファクション 演出: 有限会社オガワジェンゾウ クリエイティブ コンテンツパートナー: MUSIC CIRCUS

©2016 JAPAN GIRLS EXPO. ALL RIGHTS RESERVED. 企画・制作: 株式会社ディヴェーション、株式会社ドリーム・ラボ、株式会社ネクストサティスファクション、株式会社トライハードエンターテインメントジャパン、株式会社よしもとクリエイティブ・エージェンシー、株式会社インタラクティブメディアグループ、株式会社オガワジェンゾウ。会場: インテックス大阪。入場料: ¥4,000 (税込) / ¥6,000 (税込)。チケット販売: 0570-200-888。受付: 10:00~18:00。お問い合わせ: 0570-200-888。ウェブサイト: www.japan-girls-expo.com

Tika

Tika HALLOWEEN NEWS

www.tika.jp

Bunny



A bunny is the most popular
cosplay in our store!
A shop has eight kinds of
bunnies in total.

可愛い
コスプレは
Tika♥



こだわり派へ♥L.A.直輸入も充実

Bunny, Character, Police, Maid, Nurse, Uniform
Zombie, Pirates, Animal, Mermaid, Witch ...



model: 小原優花(ゆんころ)

and more!!

You should check Tika cosplay
if you wish that you want to do
a pretty cosplay!

Tika Check!
HALLOWEEN



www.tika.jp

tel.06-6484-6424

お電話でもご注文をお受けしています



ティカ

tika

検索

毎月25日は「Tikaの日」店内全品送料無料♥



LINE登録
300pt
Present♥

Tika by catwalk

Tika楽天市場店

http://www.rakuten.co.jp/dress-catwalk

LaLaTulle

ブランドドレス専門店

www.lalatlulle.jp



そこであきらめたら溺れる
でも、泳ぎ続けていれば
必ずチャンスはあるから☆

1人目

杉山佳那恵

Kanae Sugiyama

専属モデル(31歳/東京都) 独身・子供なし

時々読み返したくなる
スイッチを変える一冊♡

仕 事関係の男性から恋愛感情を
持たれてこじれることがたまに
ある。下心を感じる誘いを断ると、
これまでと態度が真逆になって嫌がら
せられるようになる。上手にあしら
えればいいけど、そんな器用じゃない
し、1人の人間として見てもらえな
かったこともツライ。結局、傷ついて
仕事を失くした事実だけが残る。最
近、そんなことを信頼していた人に
もされた。尊敬していたしつき合いも
長かったからショックも大きかった。繰
り返すことは自分に原因があるん

じゃないかって落ち込みました。少し
気持ちが収まった頃に手に取ったのが
この本。6、7年前に買ったんだけど、
童話のような短いたとえ話がたくさ
ん入っていて、ずっと頭に入ってくるお
気に入りの自己啓発本。この時読ん
だのは、2匹のカエルが牛乳のバケツ
に落ちる話。1匹はそこで諦めて沈
んでしまうけど、もう1匹はとにかく
泳ぎ続ける。そのうち牛乳がかく
はんされてバターに変わって、カエルは
バケツの外に脱出できたというお話。
読みながら、立ち止まるよりは動き
続けようって思った。自分にできるこ
とを一生懸命やっていたら、思わぬと
ころに道が開けるかもしれないし♡

『新 自分を磨く方法』

ステイービー・クレオ・ダービック

ただ嘆くんじゃなくて
原因を探る強さも必要♡

小、中学校ととにかく転校が多
くて仲の良い友達ができず、13
歳の頃ひどいじめにあつた。持ち
物が無くなったり、上履きをトイレに
流されたり。体育なんて怖くて参加
できない。制服を脱いで教室に置いて
おいたら何されるかわからないから。
毎朝、黒板に悪口が書かれていて、み
んながくすくす笑ってる。そんな中
登校するのが辛くて、校門が開くの
と同時に誰よりも先に教室に入るよ
うにしてた。でも、耐えきれず半年
くらいして不登校になった。そんな時
に読んだのが『原因』と『結果』の法
則。元々は母親が好きで読んでた。
読み進めるうちに、自分にもあるんじ
やないかって思えた。いじめのキッカケは
些細な誤解だとわかってたけど、エス
カレートした原因は自分にもあったか
もって。受け身になって、向こうが求
める反応をしてしまっていたから助長
させていたんだって気がついた。何かが
変わるかもしれないと思って登校する
ようにもなった。相手の期待する反
応をしないように何をされても、無
でいるようにしたら、自然といじめも
おさまった気がする。この本は
シリーズ4冊あるけどどれもいい。解
決が困難に思える時ほど何かの糸口
が見えてくるから♡



『原因』と

『結果』の法則

ジェームズ・アレン

Yuuka Chara

専属モデル(26歳/東京都) 独身・子供なし

2人目

小原優花

自分がいじめられる原因について
考えるきっかけになった本♡



イギリスのサセックス大学の研究によれば、わずか6分間の読書でストレスの
66%が解消されるんだとか。読書にぴったりな秋の夜長、心が疲れた時、やる
気が欲しい時、メンタルに効く一冊をお姉さんたちがご紹介します♡

いつもそこには本があった♡

本 ライブラリー

PHOTO_Satoshi Ohmura
HAIR_Toppy
TEXT_Midori Sasaki

3人目

専属モデル(31歳/東京都) 既婚・子供なし

加賀美早紀

Saki Kagami

家で本を読む時は
無音の静かな状態で♡

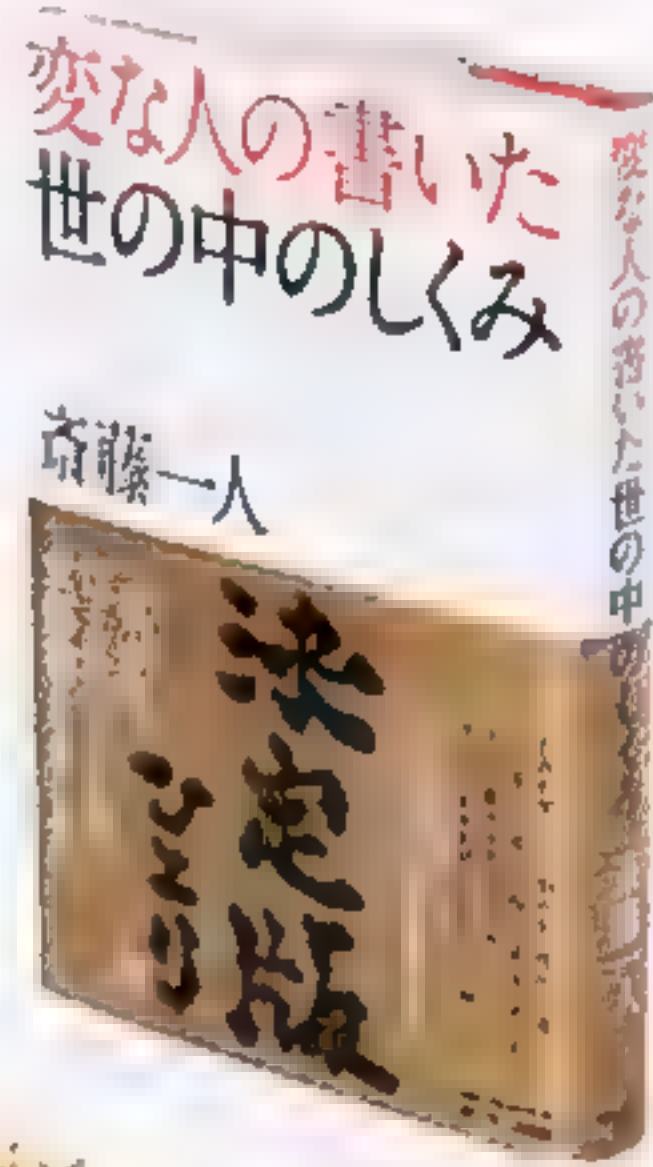
読 書が好きで本をよく読む。いろいろな感情を溜め込むほうだから、寝る前の読書タイムが自分にとってのガス抜き。夜、1人の時はワインなんか飲みながら、ソファでコロンとじつ靜かに本を読むのが幸せ。ジャンルは何でも。自己啓発本も小説も気になったものは片っぱしから。この本もそんな風に手に取った一冊だった。大まかにいうと、人生が上手くいくようなしくみは、生活習慣や考え方の癖を直すことで作れる、という内容。なるほどなあと気持ち引き締まるんだけど、その中に『仁義』という詩が載っている。これにはガツンとやられた。要約すると「たった一度の人生なんだから、人の目ばかり気にしてやりたいこともやれないでいるのはもったいないよ」という内容。私は小さい頃から親の目を気にして、成長してから周りの目を気にするようになって、自分で自分をがんじがらめに生きてるようなところがあつて、自分でもどうかと思ってる。もつとのびのび生きようって、この詩を読むたびに背中を押してもらってる♡

人の目ばかり気にしてたら
せつかくの人生がもつたない♡

サテンスリーブワンピース¥6,500/
ラヴィジュール ルミネエスト新宿店

『変な人の書いた世の中のしくみ』

斎藤一人



4人目

青木りえ

Rie Aoki

広島看護学生(31歳/広島県) 独身・子供なし

恋が空回りしてた時
美輪さんの本に出会った

1 年半前、23年下の彼氏とのつき合いが上手くいってなくてモヤモヤしてた頃があつた。お店をたくさん経営している人で、お金もあるから女に不自由してないし、浮気性でそれを隠しもしないからケンカばかり。彼のことが理解できなかった。私はちょうど30歳になったばかりで年齢に焦っていて、人生の達人的な人からのアドバイスを欲してた。そんな時、たまたま手に取ったのが美輪さんの本。一冊読んだらハマって著作は全部制覇♡ 美輪さんの面白いところは男側でも女側でもない神目線みたいなところから男女や生き方を語っているところだと私は思う。その中で、結婚しても浮気がやめられない男の



『世なおしトークあれこれ』 美輪明宏

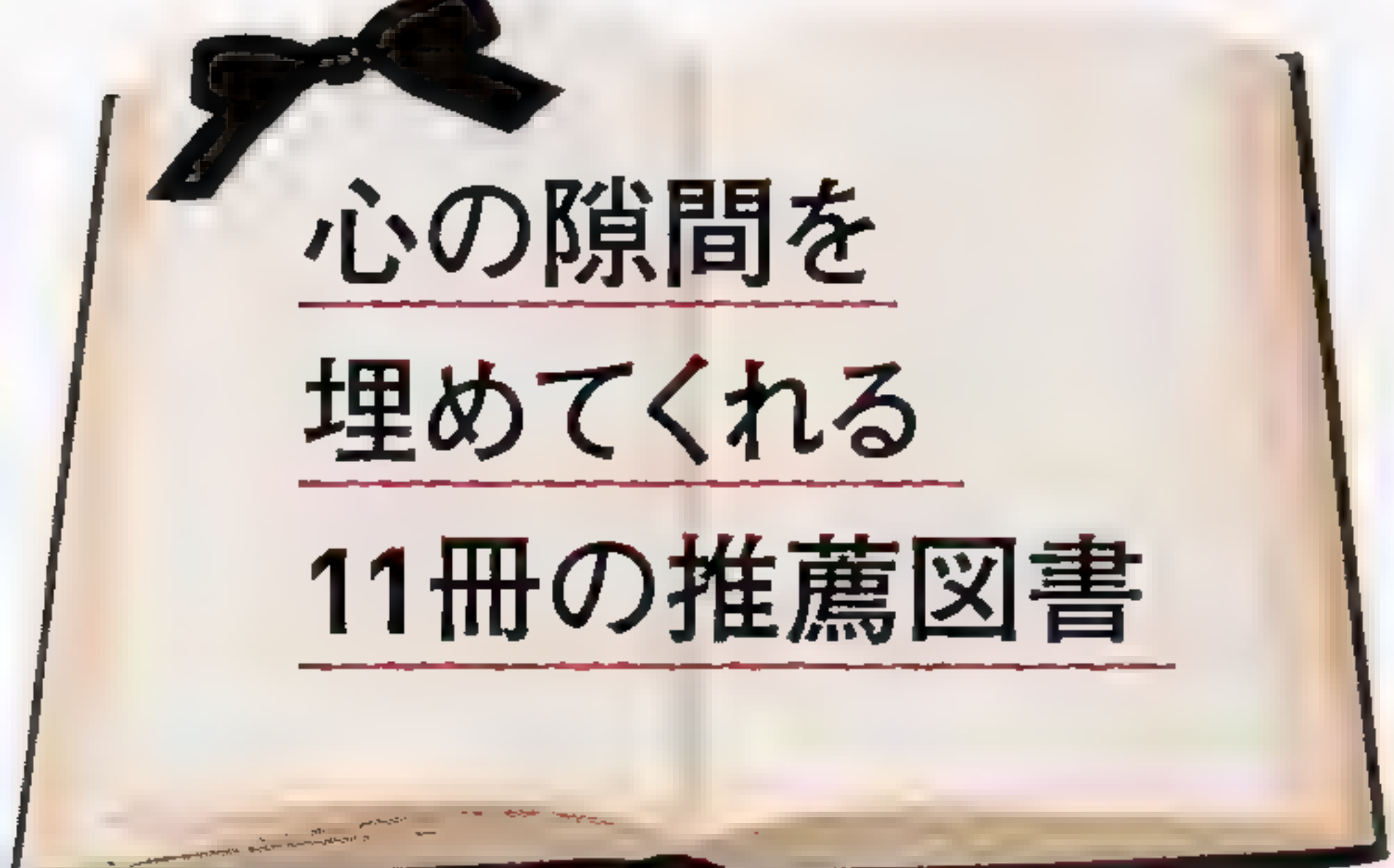
美輪さんに一刀両断に
されて気がついた
この恋は実らないって…



恋が叶わなかった日も、仕事に行きづまった日も、
子育てに悩んだ時も…

私の病み解消

心の隙間を
埋めてくれる
11冊の推薦図書





できなかつたことよりも
子供のためにできたこと。
心がすつと軽くなる本♡

5人目

水野祐香

Yuka Mizuno

ライター&TOKYONADESHIKOブローガー
(36歳/東京都)既婚・娘1人

子供を産んで実感した
子育てママの現実

子供が生まれて毎日が幸せだ
けど、同時にこれまでの生



『今日』

訳/伊藤比呂美 画/下田昌克

活とのリズムの違い、今まででき
ていたことが何ひとつできないとい
う変化に戸惑う毎日をしばらく
送った。特に生まれてから3カ
月くらいは、赤ちゃんにかかりつ
きりだから、掃除、洗濯、炊事、自
分のお風呂やトイレすら思うよう
にできないまま気づけば夕方、
「今日も何もできずに終わった」
って自分を責めてしまったり。元々
私は時間を有効活用したいほう
で、パズル式に予定を組み込んで
スケジュールをこなしていたから、
それができない状況というのが想
像以上にストレスで、散らかった

家のありさまを見てはため息をこ
ぼしてた。でも、友達から勧めら
れてこの本を読んで気持ちがあ
つと楽になった。何もできなかつ
たんじゃない、かけがえのない
この子を慈しんであげることがで
きた、そう思えた。今優先すべ
きことは赤ちゃんのことだから、
今しかできないことを大切にしま
うって前向きになれた。『今日』は、
ニージーランドの子育て支援施
設に伝わる詩を訳した絵本で、
口コミで広がっているから知って
いるママも多いかも？ 新米ママへの
ギフトにもいいと思う♡

昔はぜんそく持ちで
入院ばかりだった

1 歳半から小児ぜんそくで、
発作がひどくなると入院を
繰り返してた。免疫力も低くて
インフルエンザや肺炎とかの感染
症にもかかりやすくて、体育はほ
ぼ見学で運動会もお休み。ひど
いは1年の半分近く入院してい
るような生活が中学に上がるまで
続いた。発作のたびに息ができな
くて死にそうなきを味わう
し、活発で好奇心旺盛だったから、



『えがお、ときどき涙』

田村 章

思うように動けなくても
絶望するのはまだ早い
できることはまだある!

行動を制限されることも苦痛。
「生まれて来なければよかった」と
親にひどい言葉をぶつけることも
あった。小4くらいの頃、マイコブ
ラズマ肺炎で入院していた時に
母さんにこの本をもらった。先
天的、後天的に障害を持った人た
ちの奮闘を綴った本で、中でも心
に残っているのはヘッドスライディング
に失敗して全身マヒが残った野球
選手の話。死にたくても動けない
から死ねない絶望感や、そこから
の懸命なリハビリ…。弱音を吐い
ていた自分が恥ずかしくなった。
辛くてもすさまじい努力をして
いる人がいる。と知ったことはその
後の人生において決定的な出来
事。児童書だけど、大人になって
読んでも意味がある本だと思う。

ダンサー(28歳/東京都)
独身・子供なし

RIRI

6人目

美容室経営&アクセサリデザイナー
(28歳/東京都)既婚・子供なし

大城あい

周囲になじめない時、
劣等感を感じた時、
自分を肯定できる本です♡

『窓際のトットちゃん』

黒柳徹子



子供の頃、悪い意味で
変わってる子だった♡
物 心ついた時から、周りから
「変な子だ」って言われてき
た。じつとしてることができな
かったり、怒られる理由が理解でき
なかったり。幼稚園の頃、消防
車の絵を描かされた時、車にと
まっていた鳥がかわいくて、鳥を
描いてものすごく怒られた。おし
やべりを注意されても、5分前
にはしゃべってもよかったのに、どう
して今はしゃべっちゃダメなのか
わからなかった。廊下に立たされ
ることもしつこくあったけど、
なんで立たされているのかわか
らなくて、退屈で家に帰ってしま
ったり。でも、そのせいでお母さ

んが学校に呼び出されたり、教
育方針について両親がケンカした
りしているのを見るのは悲しかっ
た。自分のせいだから。変わっ
てる。と言われるのがコンプレッ
クスで、怒られない子の真似をし
ようとして、でも上手くできな
くて怒られる…。そんな時、「あ
いちゃんに似てる女の子が主人公
だからきつと面白いよ」ってお母さ
んに渡されたのがこの本。最初の
さわりを読んでもらったら興味が
わいて、そこから一気に読んだ。
トットちゃんは私以上に、変な子
だった。でもいいいきと生きてい
るし、それでもいいんだって思え
て気が楽になった。それからずつ
と落ち込んだ時、心の杖はトット
ちゃん。私の宝物です♡



8人目

ヨガイストラクター(26歳/千葉県) 独身・子供なし

愛咲菜々子

Hanako Aisaki

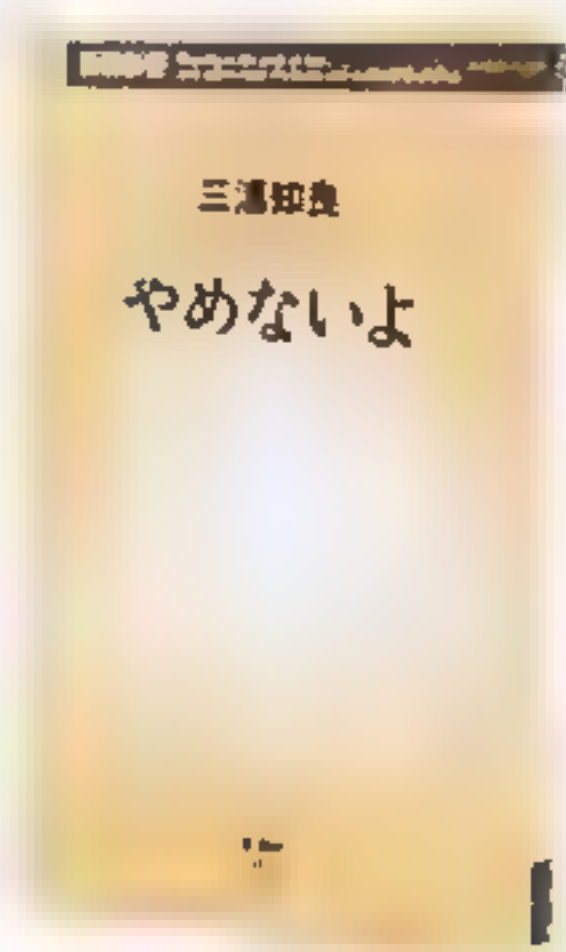
サッカーは詳しくない
でも読んで良かった19歳から去年の12月まで夜の
世界にいました。その時、

201の友達がいただけで、その子の秘密を言いふらしたと誤解されて、店に居場所がなくなつた時期があった。大きな街なら店を移れば解決するのかもしれないけど、私がいたのは田舎の小さな繁華街。同じグレイドのお店はなかったし、自分は悪くないのに辞めるのも嫌で、ただ病んでいくばかりだった。そんな時にお客さんからもらったのがこの本。しばらくは放置してたけど、店を休んだ時、ふと目にとまってべらべらめく

身の置きどころがなくてもそこに留まり続けることで居場所はできていく♡

三浦知良

『やめないよ』



『パラダイス・キス』

矢沢あい

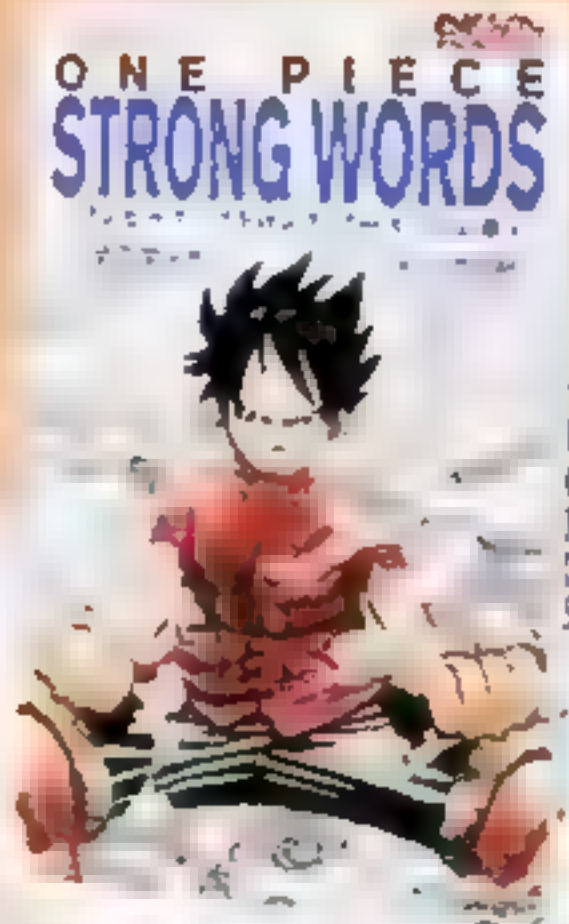
『ワンピース ストロング・ワーズ』

尾田栄一郎 解説 内田樹

『キングダム』

原泰久

自分を信じた時
今でも読み返します♡



自己嫌悪した時も
前を向く気力がわく！

病んだ時の処方箋♡
ワンピース名言集！

Yuki Hishigawa

猫カフェ経営(27歳/福岡県) 既婚・子供なし

北新地パニラ勤務&
美容会社社長(30歳/大阪府)
独身・子供なし

9人目

manaka

まなか

矢野ユウキ

西澤友希

成長していく主人公に
自分を重ねてた♡

ア パレルに進むか、親の勧め
る堅い仕事に就くか、高校
卒業後の進路に悩んでいた高3の
夏、いとこが貸してくれたのが「パ
ラダイス・キス」。ファッションの世
界が舞台になっていたことですん
なり物語に入りこめたし、親に数
かれたレールの上で生きていた主
人公が自分と重なって、彼女が成
長していく姿に背中を押された部
分もすごくあった。この本に勇気

をもらって卒業後はパレルの仕
事に就いて、悔いなくやりたいこ
とができたと考えています。その
後、漫画は返したけど、ハタチを
過ぎた頃にもう一度自分で全巻買
い直して大切に持っています。特
に心に残っているのは、実果子が主
人公に言う「トントン拍子に進ん
で行けるのはその道が自分に合う
てる証拠だよ」という言葉。人生
の節目節目で、自分の決断に自信
を持ちたい時、この言葉を支えに
しています。上京を決めた時も背
中を押したのはこの言葉でした♡

「くそ世話になりました」
した!!! 私も言いたい!

良 い言葉や泣かせるセリフ満
載なワンピースの名言を集
めた本。落ちこんだ時や病んだ
時に読むと前向きな気持ちにな
れます。心に残る場面は、サン
ジが働いていたレストランを離れ
る時、オーナーゼフに土下座して
「くそ世話になりました!!!」と
いうシーン。自分が初めて働いた
キャバクラの店長を思い出して涙
が出ます。適当に働いていた私に

接客のノウハウや上を目指すこと
を教えてくれた人で、在籍してい
た4年間良き理解者だった。私の
甘えもあつてたくさん迷惑かけた
けど突き放すこともなく、辞める
時も「この店には、ゆうき」とい
う名前が入れないから」と送り
出してくれた。しばらく会うこと
はなかったけど、猫カフェをオーブ
ンした時、初日にサプライズで来
てくれて再会。キャストではなく
人としてちゃんと向き合ってくれ
ていたんだと初めて気がついて、
サンジの言葉がよみがえりました。

自分の中の闘志が
熱くかきたてられる♡

漫 画喫茶へ行った時、お客さ
んや男友達からオススメさ
れていたのを思い出して手に取った
のが最初。中国の戦国時代が舞台
でいろんな將軍が出てくるんやけ
ど、物語をビジネスの世界に置き
換えるとすんなり入ってくるし、戦
術や生き様がそれぞれ魅力的で闘
志が熱くかきたてられる。私は、こ
うしたいのにできていない。ってこ
とで自己嫌悪に陥りやすいんやけ

ど、そういう時『キングダム』を
読み返すと「折れる場合やない、
今からできる」と考えていか
な」って熱い気持ちを取り戻せる
し、仕事に対してのモチベーショ
ンも高められる。去年は今後のこ
とを考えて何かと悶々とするこ
が多かったけど、そんな時いつも
『キングダム』を読んでた。好
きなキャラクターは羌瘣(きよう
かい)という女の子。男の世界で
奮闘しながら武將として成長して
いく彼女を見て、自分も彼女のよ
うに強くなりたいって思った♡

ついに発見!

最驚、クマ・小じわ対策アイテム!

なに、このシートパック!!!
すごすぎる!!!

貼って
わずか10分で
即実感!

Rose
Perfect Stretch Sheet

ついにいま話題の、驚異のクマ・小じわ対策アイテムを発見!

その名も「ローズパーフェクトストレッチシート」

なんとわずか10分間貼るだけですごい変化を実感!

1回の使用で、目元プルプル!小ジワすっきり!メイクノリばっちり!

コンシーラーも少なくて済み、デカ目効果もありのマルチ機能パック!

川本 麻綾 (31歳、独身)

デカ目効果!

小ジワすっきり!

コンシーラー要らず!

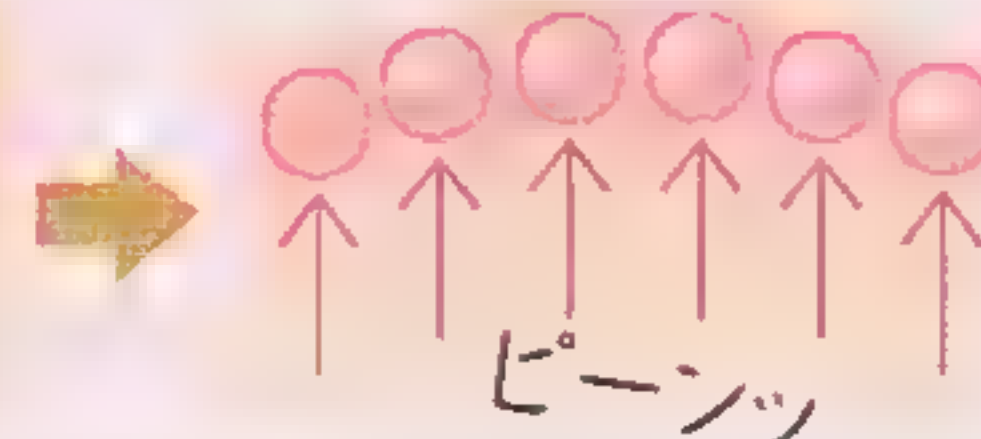
豊富な有効成分

バラプラセンタ バラ幹細胞エキス

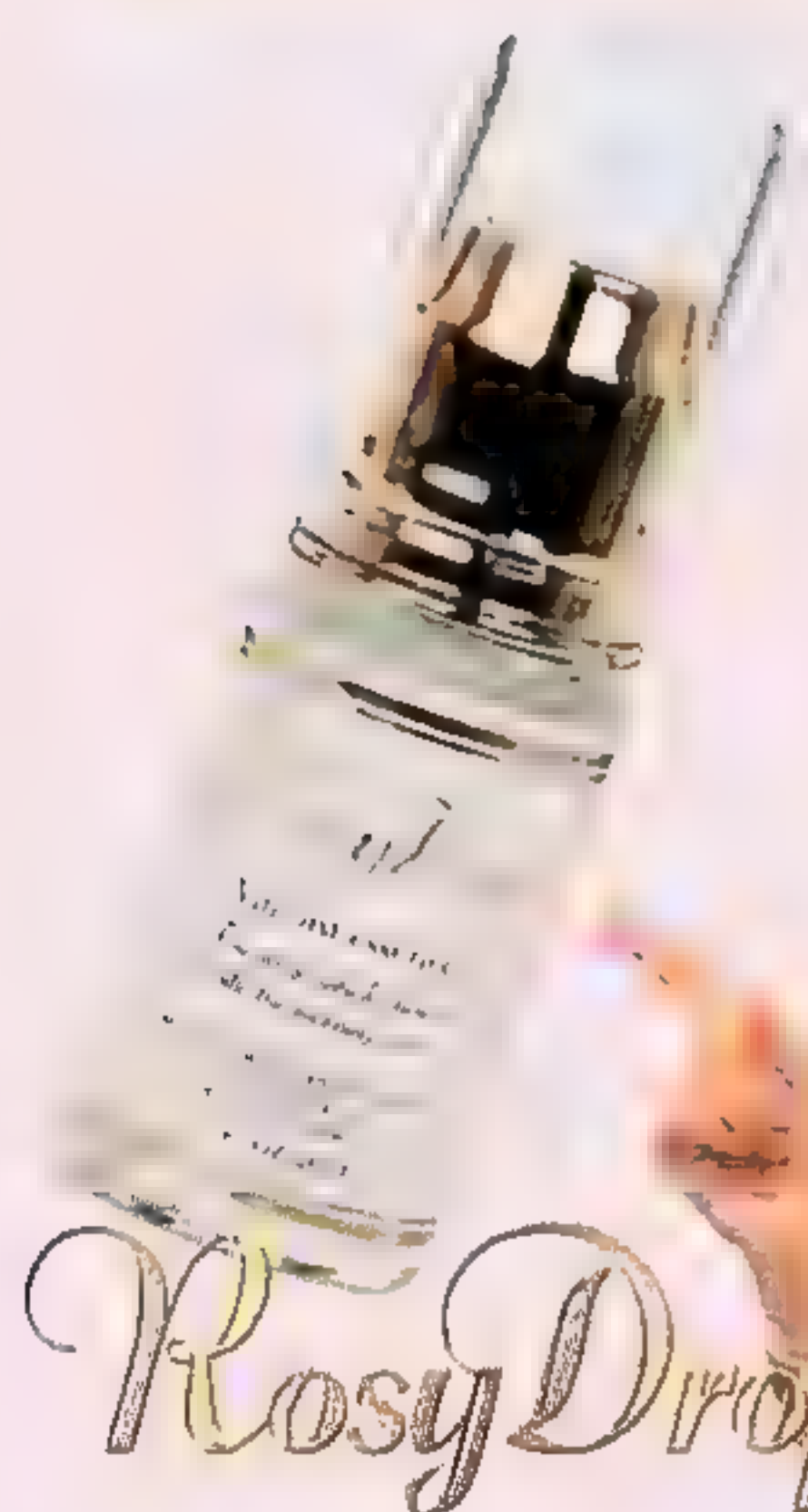
EGF FGF IGF ヒアルロン酸

その驚きのメカニズム!

BCT(風船圧縮技術)により保湿成分を圧縮



皮膚の中(角層)に入ると、風船が膨れて、皮膚を下から持ち上げます。



Rosy Drop

(EIKOさん、37歳、既婚・子供2人)

美容液タイプもめちゃおすすめ!
この実感なのに、
超敏感肌の私でも安心♪

「ローズパーフェクトストレッチシート」(美容液マスク)
容量:60シート(110ml)
主な成分:ダマスクローズプラセンタ、バラ幹細胞、EGF、
IGF、HGF、ヒアルロン酸

「ロージードロップ 美モイスト」(美容液)
容量:20ml
主な成分:ダマスクローズプラセンタ、EGF、IGF、HGF、
ヒアルロン酸、レスベラトロール

全国のエステサロン・美容室にて
好評発売中!

Rapport
ラポール

お問い合わせ先 株式会社 ラポール

京都府京都市下京区新釜座町716-1 四条平野ビル7F
TEL 0120-818-886 (受付 平日10:00-18:00)
<http://rosydrop.com/>

鬼に金棒、お姉さんにエレガンス!

女子力が上がる! 自動的にモテる! しかも超簡単!

「美人しぐさ」講座♥

エレガントな雰囲気を身にまとうだけで女性は美人に見えるといいます。ということは元々キレイな人がエレガントさを手に入れたらさらに美人度が増すという理屈♥ キレイなお姉さんなら“美人しぐさ”を身につけない手はありません!! PHOTO_Yoshinobu Bito HAIR_Anri Mitsuishi EDIT&TEXT_Midori Sasaki

きづいたらひとりになっていた!

ちょっと待ったー!

その後ろ向きな結論いかなものかしら?

ハッ!!

ずーん...

今日もぼんやりしている間に合コン終了。これで10連敗...

またA子ちゃんに持たれたのか?

結局若い子には勝てないよね、あと大人しい子と清楚系ね

よし、次は自分よりBBAを集めてリベンジだ!

この声は...

ただいまー

彼氏募集中のうっかり家。今日は三女絵里奈が後輩A子と合コン!

おかえりー早かったねー!

いい男いたー?

エレガンスが足りない! の巻

うっかり三姉妹劇場

三女 ほんやり 絵里奈

次女 あわてんぼ りえ

長女 無邪気な エンジェル

どこかが何かが抜けている、この3名様を人はこう呼ぶ、「うっかり三姉妹」と...

姿勢が悪い

気配りができない

雑な動作

言葉遣いが悪い

せわしない雰囲気

話を聞いてない

ヤバ

マジ

エッ

ギクッ!

姿勢がいい

気配りができる

柔らかな動作

言葉遣いが丁寧

落ち着いた雰囲気

気持ちのよい会話

エレガントな雰囲気は女を美人に見せる効果あり♥

A子さんには男性を惹きつける何かがあるのでは?

若さとかじゃなくて!

でもA子顔はイマイチ...

ボン

マダムるり子!

話は聞かせてもらってたわ♥

マダムるり子とは近所に住む上品レディ。1歳下の旦那様と幸せな結婚生活を送っている♥

後光がまぶしい!

結婚指輪が

レッツゴー

さっそくエレガンス虎の巻へ各分野の講師陣もお待ちかねよ!

がんばってみる♪

らくちん

こうして三姉妹の美人修行が始まった♡

アラサー女子の必修科目♡

ずばり! エレガンス!!

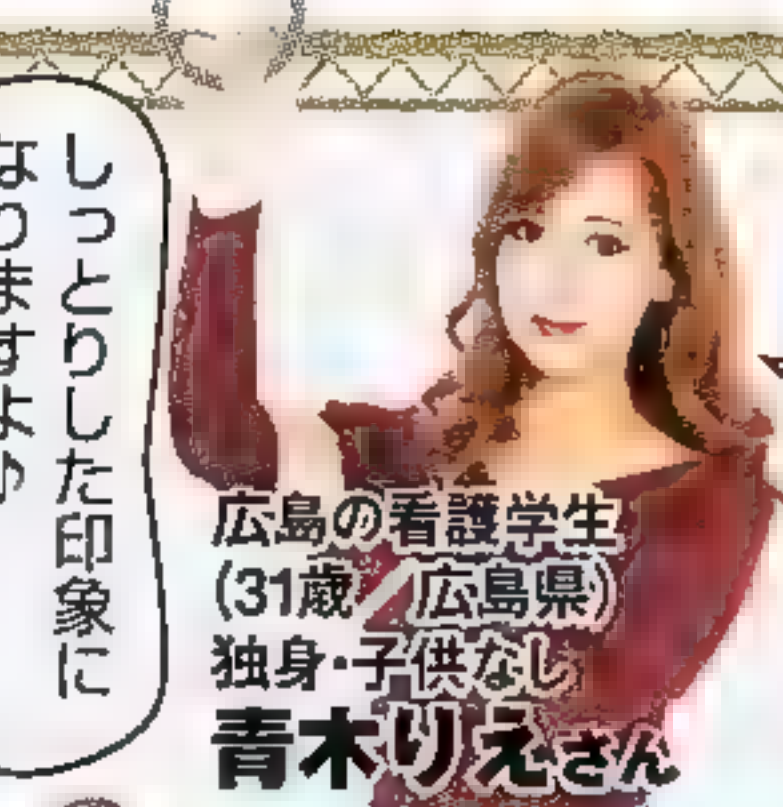
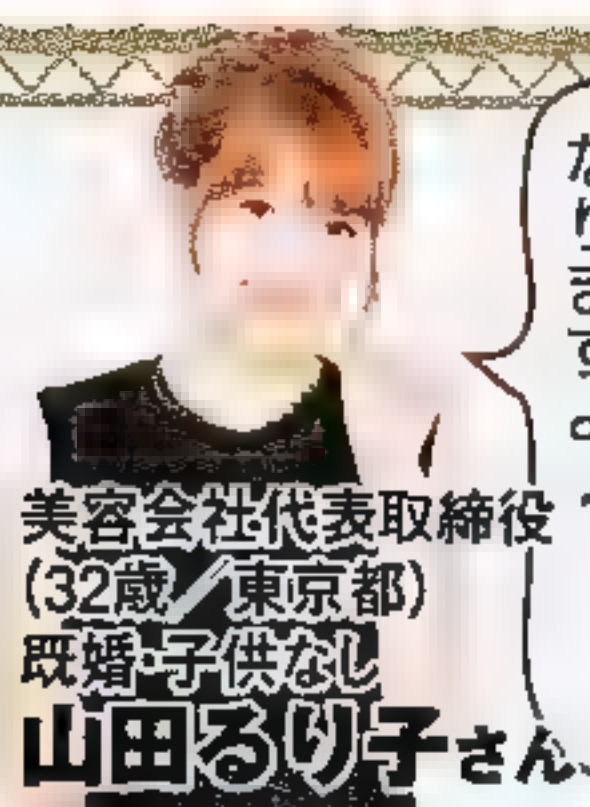
ガクッ

足りないものは...

私たちに

つまり

Stylenoid



美容室代表取締役
(32歳/東京都)
既婚・子供なし
山田るり子さん

広島の看護学生
(31歳/広島県)
独身・子供なし
青木りえさん

360度どこから見てもスキのない美スタイル！

基本の姿勢編♡

見た目の印象を決定づけるのは姿勢！美人だと思える女性は100%姿勢もいい♡立ち方、歩き方、座り方、しゃがみ方、基本の動作が美人の分かれ道。猫背、ダメ絶対！！

専属モデル
(31歳/東京都)
独身・子供なし
杉山佳那恵



山が深く高く見える座り方♡
司会の合間に座ることも多いけど、人目につくから常に緊張♡イスに浅く腰かけて腹筋を使って姿勢キープ♡

1 膝をそろえて座ったら爪先を10cm前へ♡

10cm前へ

2 両足をサイドに流して内側の足を少し引く♡

10cm引く

背筋をピンと伸ばして浅く腰かけ、膝を90度の角度でそろえます。その状態から10cmくらい爪先を前に出すと膝下がほっそりと長く見えるよ。面接などのときはこの座り方♡

内股で座ると遠近法で脚が太く短く見える♡

深く座って脚を組むと太ももが太く見える♡

脚を組むときはドカッと深く座ってリラックスしない！太ももの上で脚を高く組んで、腹筋を意識すると太ももがベタッとつべないよ♡

私も気を付けてる！

専属モデル (33歳/東京都) 独身・息子1人 **早川沙世**

スカートしか履かないっていいけど！
イイ女に見える物の拾い方♡
パンチラも防げて髪も服も乱れない、さりげないしゃがみ方を研究していたら、「拾い方が上品」とほめられるようになりました♡

1 拾いやすい場所にポジションニング♡

片膝をやや立てると下着が見えないよ♡

2 しゃがんだとき、利き手でさっと拾える位置に立つようにすると物を楽に拾えるよ♡とはいえそこまで厳密に気にしなくても大丈夫だけど！

スカートすそを押さえながら膝の高さを覚えてしゃがむよ。頭が下がると胸元が見えるからこれ以上は下げないこと♡

私、膝はそろえてしゃがむけど、利き手と逆方向に膝の向きを変えるのが(右手なら膝は左向き)ポイント♡(みどり)

美容室経営&アクセサリーデザイナー (28歳/東京都) 既婚・子供なし **大城あいさん**



スタイルよく見える歩き方♡
頭を糸で引っ張られるイメージで立つと背筋が真っ直ぐに♡骨盤と肋骨の間を伸ばすイメージで立つと背が高く見えるよ♡

「立ち姿勢」
真っ直ぐ立った状態で重心は気持ち後ろめ♡

「歩き姿勢」
重心は後ろ気味のまゝ、かかとから着地して歩く♡

FACEAWARD代表取締役 (32歳/東京都) 独身・子供なし **山崎みどりさん**

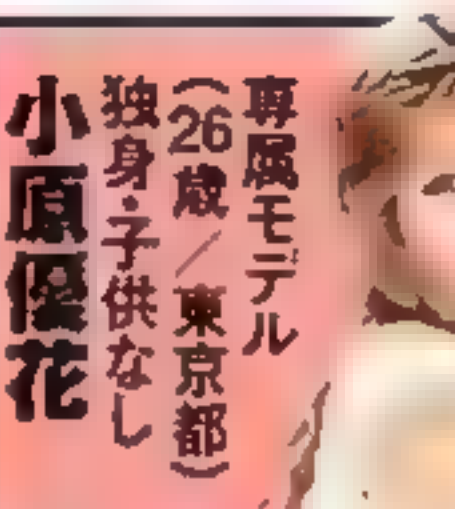
私も気を付けてる！

カラコンアドバイザー (32歳/東京都) 独身・子供なし **美咲さん**

背が小さいから姿勢が悪いとなおさら小さく見えちゃう。常に背筋を伸ばして歩くよ♡

脚は真っ直ぐに伸ばしてかかとから着地して歩くよ。このとき視線は遠くに向けて。ゆるやかな坂を下るイメージで歩くとコツをつかみやすい♡

壁に背中をピッタリとくっつけたような姿勢から、重心をほんの少し後ろに移動させたのが歩き出す前の立ち姿勢。アゴはつき出さないように♡



プロカメラマンが教える！
エレガントなスマホのいじり方♡
スマホに集中するとスキだらけになるから要注意。落ち着きのあるエレガントなスマホ姿勢をレクチャーしますね♡

「座っているとき」
肘の下に手を入れてくるむようにそえる♡

「立っているとき」
あいている手を腕にそえておく♡

立ったままスマホをいじるときも「工夫、あいている手を、スマホを持つ腕にそえるだけでたちまち女性らしさがアップ♡片手をただぶらんと下げているとタリイ印象に♡

片手を肘の下に入れるだけで印象が激変！柔らかく丁寧な雰囲気になる上、肘も痛くならないので一石二鳥♡超簡単！スマホ美人になれるしぐさなので今日から早速実践♡

猫背のスマホいじりはだらしない見える♡

頬杖をつきながら低い位置でいじると…

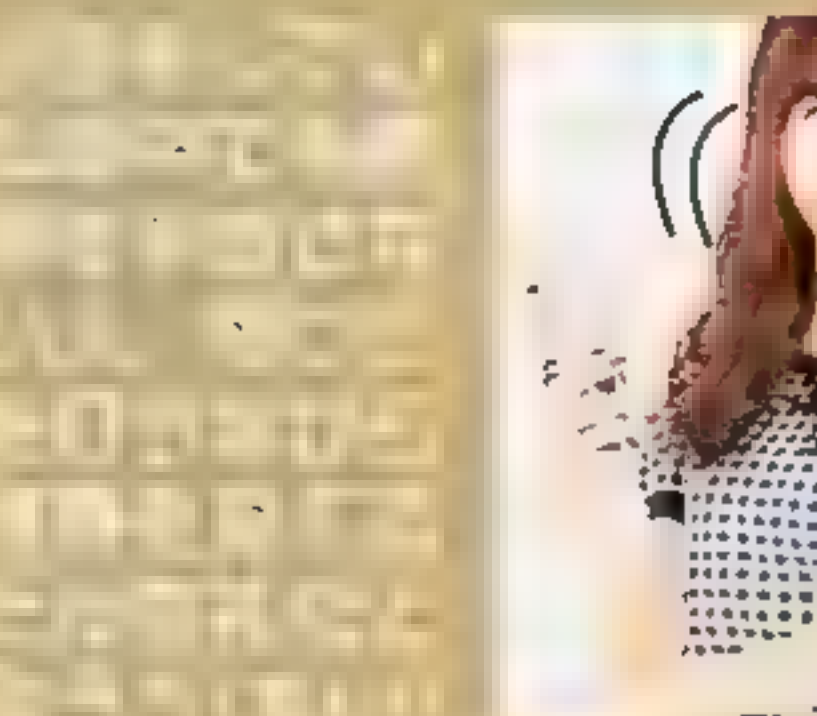
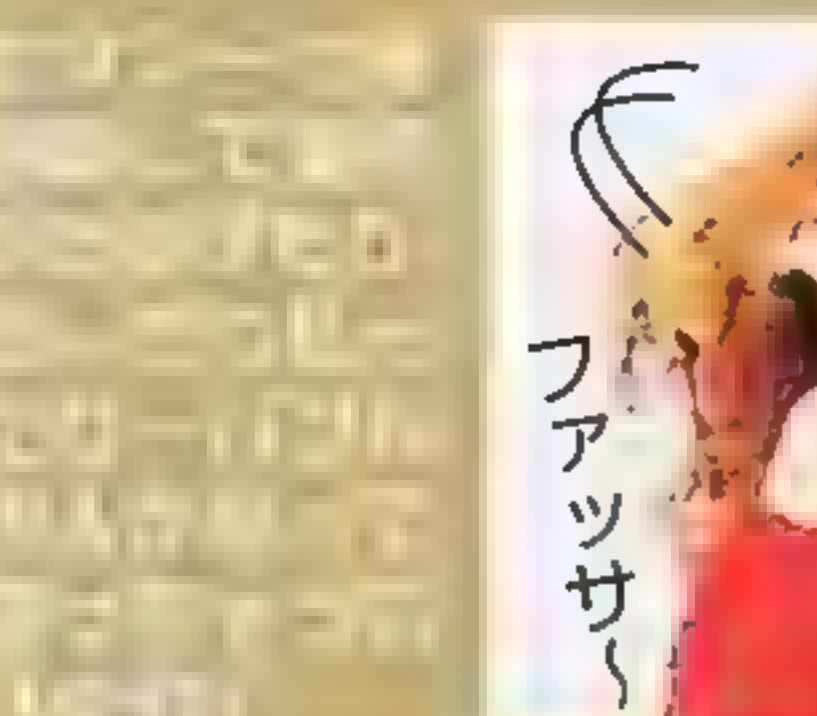
周りに注意されるまで気づかなかったけど、スマホに集中してるとき顔がめっちゃ険しくなってるらしい♡表情にも意識を向けなあかん！

私も気を付けてる！

北新地パティスリー&美容会社 (30歳/大阪府) 独身・子供なし **まなかさん**



お姉さんは見た!!
アラサーイタしぐさ♡
～目が悪くてドン引き～
女としてもマナー的にもこれはいかかなものか。心当たりがあれば今すぐ改善★



優雅な動作編♡

細部の動きに気を配ることで女が上がる！

「静かにゆっくり」がイイ女の動作の基本。丁寧な動きを心掛けるとそれだけでもエレガント♡ ドアをバンと閉めたりドスドス歩くのは、ガサツな印象を与えるので気をつけて♡

キョーンとさせるバイバイは胸元で指だけ動かす♡

ダンサー (39歳/東京都) 独身・息子1人
Angelさん

皇室の方の手の振り方を参考に♡

ダンサー (28歳/東京都) 独身・子供なし
RIRIさん

ダンサー・RIRIさん！女が際立つコートの脱ぎ方♡

クロークに上着を預けるとき、もたもたしているとオタついて見えるから、普段の脱ぎ着のときから練習しておくとうスムーズ♪

両手で襟元を持って後ろにずらしします♡

2 ギリギリまで見苦しくないシルエットをキープするために、脱ぐときはボタンを下から外すよ。着るときは上のボタンから留めるのがセオリー♡

1 コートを脱ぐときはボタンを下から外す♡

そのまますとんと落とす♡両肩を出す♡

3 ストン

4 両手を後ろに引いて袖をすくと抜くよ★

5 コートの裏地を見せないように持つ♡

実際は3→4のプロセスは一瞬の動作。これがスムーズにできるようにになれば◎。ゴージャス系のコートほど脱ぎ方が重要★

バー店員 ユウキさん！物を渡すときは両手の法則♡

些細なことだけど片手で渡すより両手で渡すほうが丁寧で好印象。ぜひ試してみてください♡

右手に物を持ち、左手を下にそえて、ハイどうぞ♡

片手に収まるものであれば利き手に持って、もう片方の手をその下にそえるとやわらかく丁寧な印象に♡ 胸の高さくらいで渡すのがベター◎

ヨガインストラクター (30歳/東京都) 独身・子供なし
真優川 咲さん



美しい手のしぐさ♡

「指先をそろえる」ことを意識していると、手の動きがしなやかに柔らかく見えるからオススメ♡ 逆に指と指の間が開いていると男っぽく見えちゃう♡

小指の法則

ガンツと音を立てないガサツ防止の術♡

コップやグラス、小物を置くとき小指から先にテーブルに着くようにすると、音を立てずに置けるよ。動作がガサツだなと思っている人ほどチャレンジしてみて♡

キツネの手の法則

影絵のキツネの形を作ってみよう♡

中指と薬指をそろえて物を取るとたちまち手元がエレガント。ハンカチ、スマホ、書類、軽く手に持てるものは何でもキツネの手で。ワイングラスを持つときも♡

「私たちがやってみた♡」

バー店員 (28歳/東京都) 独身・子供なし
矢野ユウキさん

すごく簡単でかわいく見える♡ “キツネの手” でいろんな物を持てたい♡

芸能プロダクション運営 (30歳/千葉県) バツイチ独身・息子2人
鈴木愛美さん

物を取るとき、何の気なしにガツとつかんでいただけこれからは気をつけたい♡

アパレルオーナー・かすみさん！ゴージャスな車の乗り方♡

ポイントは“頭から乗らない”ことと“膝をそろえて乗り降りする”こと。運転席も助手席も、タクシーに乗るときも動きは一緒だよ♡

1 おしりから入って膝はそろえる♡

頭から入るとおしりを突き出す格好になるから不恰好。おしりから入ってまず座るよ♡

2 膝をそろえて入る♡

上半身を正面気味に、腰の回転を使って両足を車内へ。降りるときはこの手順の逆で、

NG

おしりを突き出して頭から乗りこむ♡

NG

片足ずつ降りる♡

気配のほ・まなが直伝！めっちゃ愛らしく見えるリアクション♡

お店の接客だったら、膝に肘をつく“前のめりの術”もあるんやけど、一般的には下の流れで十分だと思う♡

顔を少しだけ傾けて角度をつけて話そう♡

両手を合わせる♡

好感度が上がる合掌ポーズ。写真のように手を斜めにするより親しみやすい印象。胸の真ん中で合わせると清楚で可愛い印象♡

NGみたいに直立で対面するとアラが目立つから避けたいところ。致し方ないときは首を少し傾けるとごまかせるよ★

接客業 (28歳/東京都) バツイチ独身・子供なし
神咲愛莉奈さん

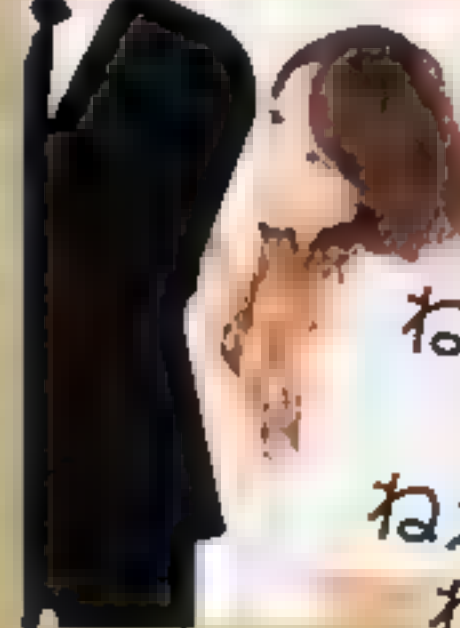
相手の立場が上の場合、体を傾けたりして視線が下になるように気をつけよう♡

真正面から直立で向き合う♡

MERIわかんない



ねえねえねえねえ



お姉さんは見た!! アラサー イタしぐさ♡

～このブリッコはキツイぞ～

ブリッコは何歳まで許されるのか？ そろそろ通用しなくなってきているかも！

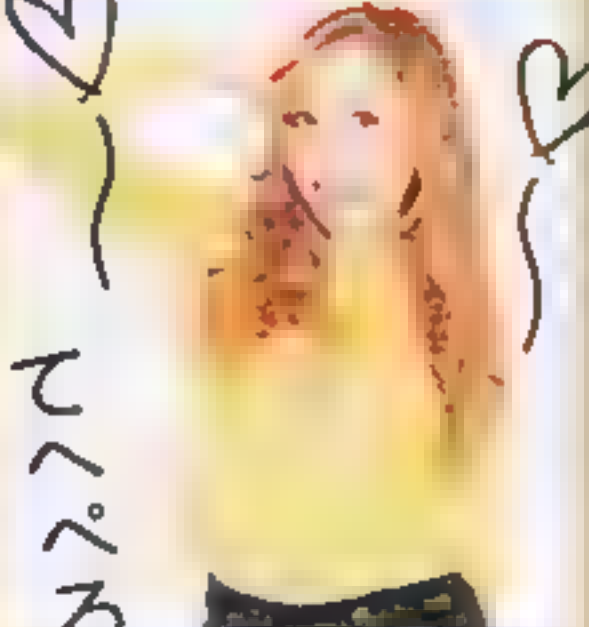
くねくね



おいし♡



てへへ



えーマジでうそー



おんがぞ





食事の際の一口分は
このくらい！

イベントコンパニオン
(31歳/東京都)
独身・子供なし
奥山絵里奈さん

スプーンを飲むときは
スプーンを縦に♡

知っているようで意外と知らない基本マナー！ 食事の作法編♡

食事の際、最も嫌われるのは食べるときの“音立て”。一口分を少量にして口を閉じて咀嚼（そしゃく）すれば音は出なくなるよ♡ お互い、気持ちよく食事ができる配慮が大切♡

TOKYO ANDERLINGS
ブロガー(36歳/東京都)
独身・子供なし
MERIさん



イタリアンで働いていた MERI さん！
正しいパスタの食べ方♡

日本だからそんなに気にする必要はないけど、できるようになっておくとおちとちかっこいいので紹介するね！

なるべく完全に巻
きつけて口に運ぶ

パスタはフォークのみで食べるのが粋。スープパスタはスプーンを使うけど、スプーンの中でスープとパスタを一緒にして食べるのではなく、それぞれ別に♡

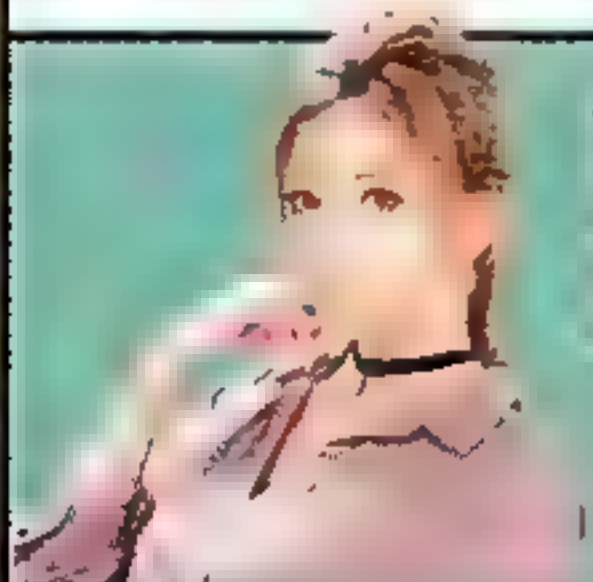


一口分ずつお皿の
フチで巻きつける

スプーンに乗せて
口まで運ぶ♡

一口分が大量！
巻きも取れてる

NG



料理上手な早紀さん！
飲み会での料理の取り分け方♡

周りを押しのけてまではやらないけどね♡ 近くの人には、「苦手なものありますか？」とささっと聞きながら取り分けてるよ♡

専属モデル
(31歳/東京都)
既婚・子供なし
加賀美 早紀

盛り付けを小皿に再現するだけだから簡単。お箸の反対側で取り分ける人かいるけど、持ち手を食べ物につけるのは不潔な行為。気をつけて♡



大皿のスモール版を
取り皿の上に再現♡

お箸の反対側を使って
取り分けるのはNG！



マナー講師の同僚かつ沙織さん！
基本の食事姿勢♡

美人の食べ方が汚かったり箸の持ち方が変だったりすると、普通の人以上の破壊力があるからキレイな人ほど食事の作法に要注意！



肘をついての
ながら食べ♡

両手を使わず片手
だけで食べる♡

背筋をピンと伸ばして
左手は器にそえます♡

私も気をつけてる！

専属モデル(32歳/滋賀県)
既婚・息子1人・娘2人
けいこ

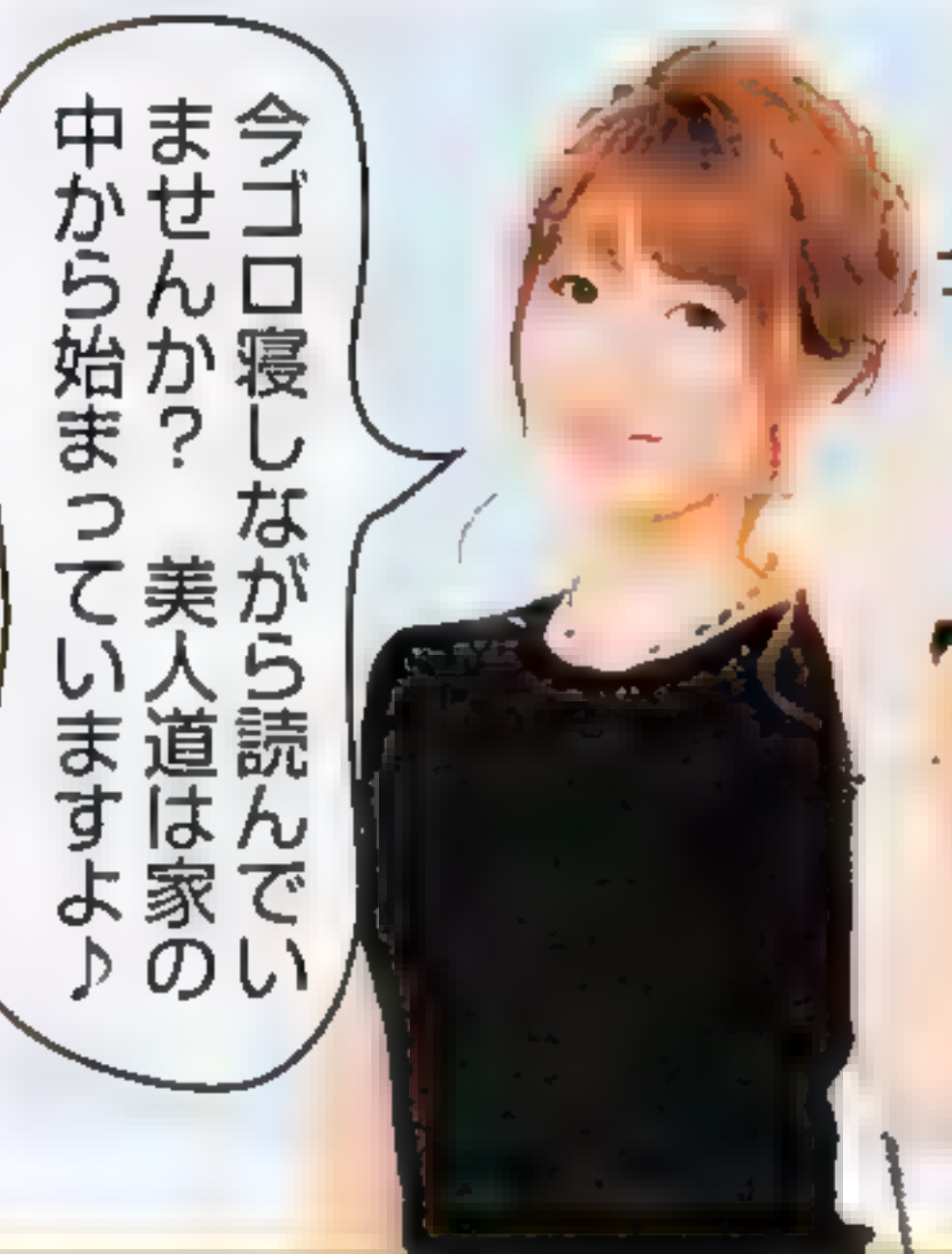
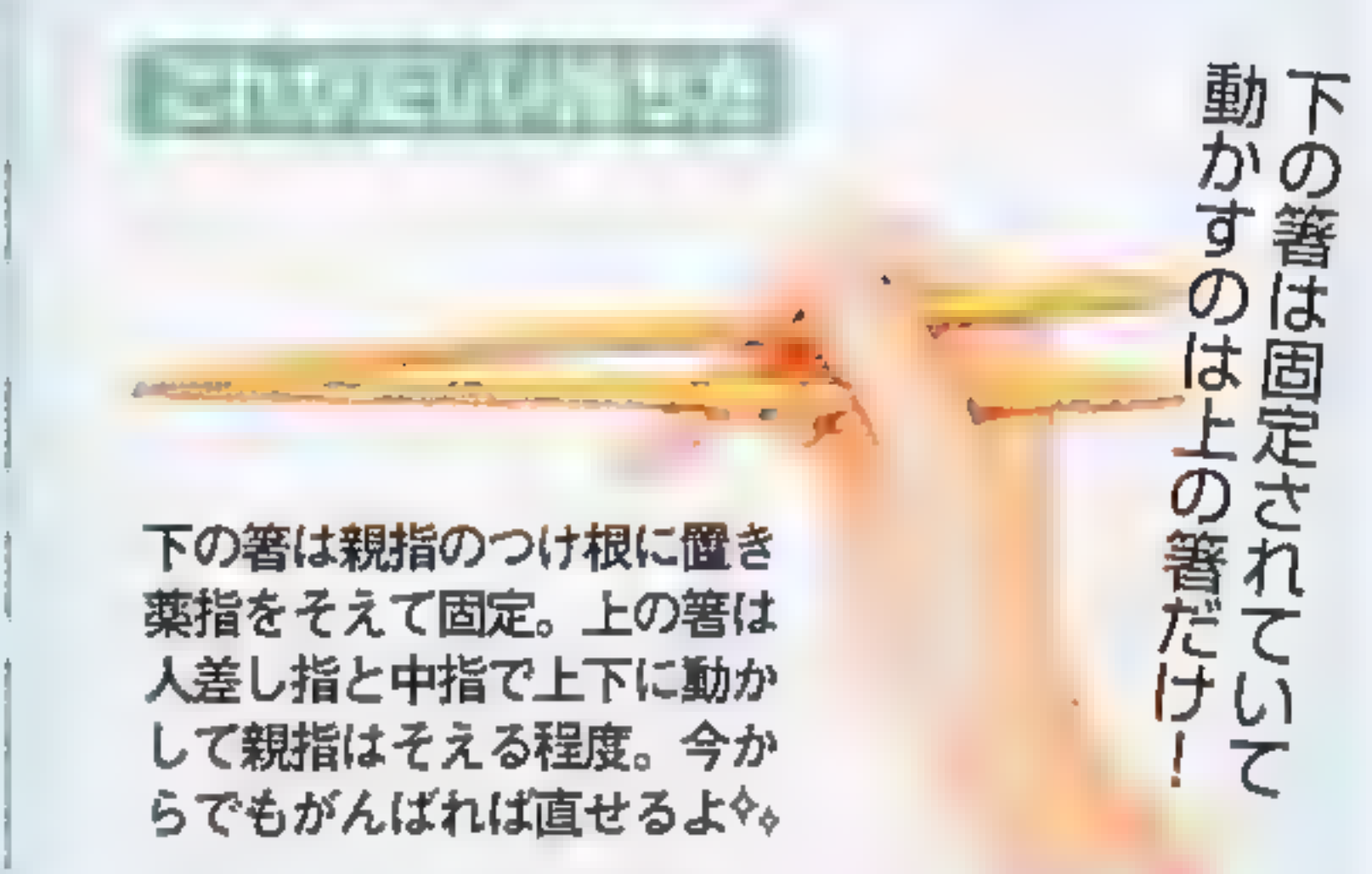
肘をつかない、携帯を机に置かない、口に物を入れてしゃべらないなど、子供たちのお手本になるように気をつけています♡

ところでお箸は正しく持っていますか？

お箸の持ち方直しました！

23歳のときに鉛筆持ちを矯正。正しい持ち方以外では食事しないようにしたよ！(MERI)

恥ずかしながら今まさに直し中♡ なかなか難しいけど根気よくがんばってる★(RIRI)



うっかりやってない？
お箸使いのタブー
CHECK!!

箸を口に入れ放しは
品のない行為だよ

両手にお箸を持って
お皿の上で解体作業♡

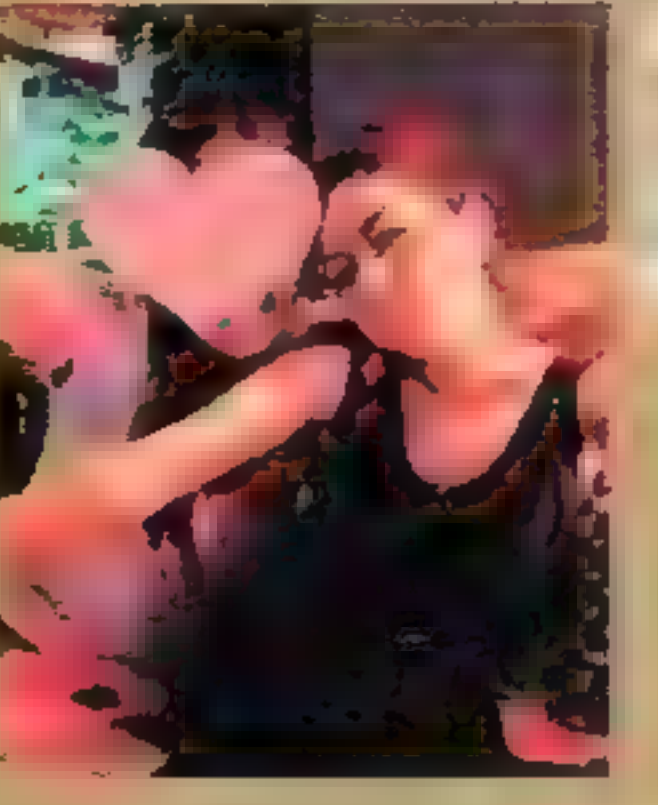
原始人レベルの行動
刺して食べちゃダメ♡

つかみにくいものを
お箸に乗せて運ぶ♡

お箸を使って器を
手元に引き寄せる♡

今ゴロ寝しながら読んで
いませんか？ 美人道は家の
中から始まっていますよ！

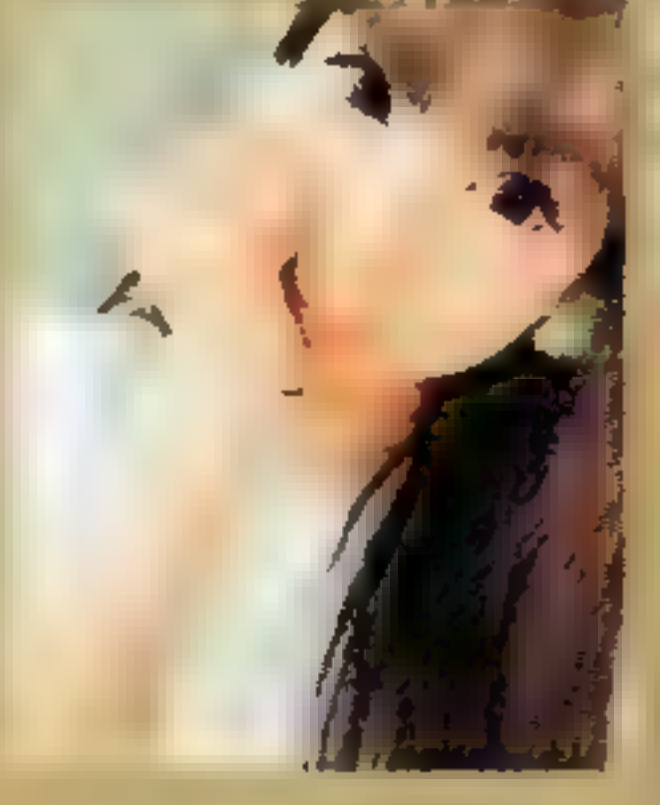
当時としてもかなりギリギリだった
22歳当時のeggポーズ♡(ユウキ)



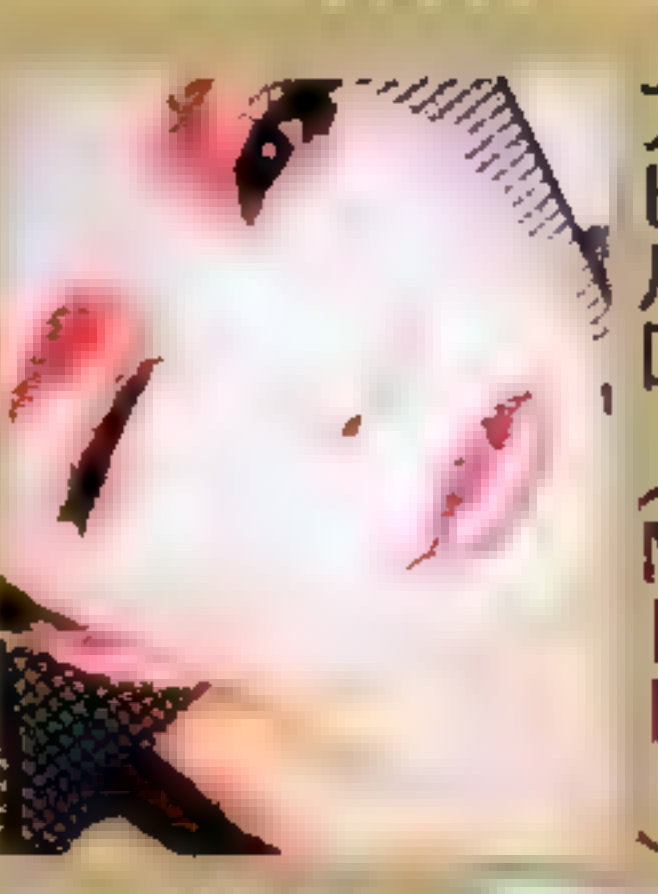
かわいいものと一緒に写ることで
かわいい相乗効果を狙う(絵里奈)



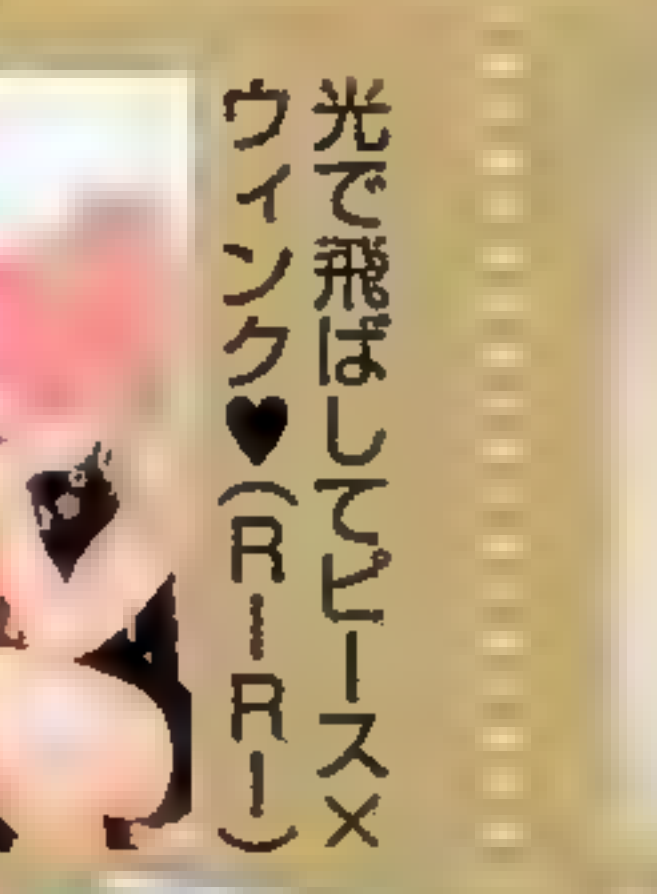
去年くらいまで虫歯ポーズが定番♡
今やるとちょい古めな印象(あい)



盛れてるポーズ今昔♡
アラサー イタ写メ♡
～こんな時代もありました編～
若い頃ならかわいいけど年齢を考えるとアウトなもの、時代を感じさせるもの、イタタな写メをそれぞれ自己申告!!



超上からアングルの
アヒル口！(MERI)



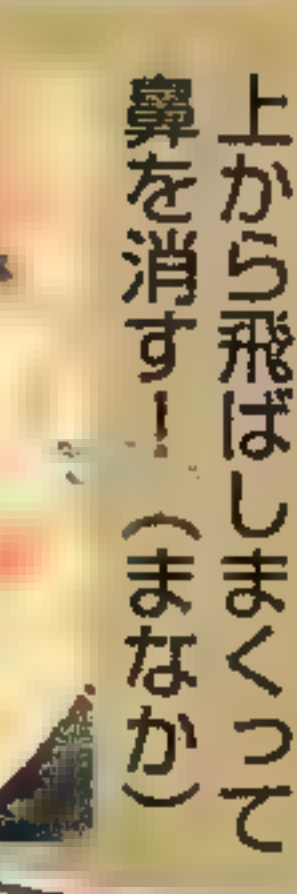
光で飛ばしてピース×
ウインク♡(RIRI)



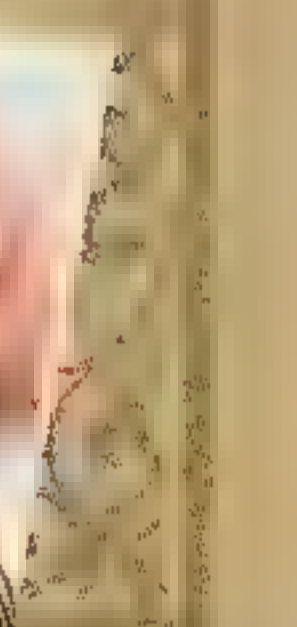
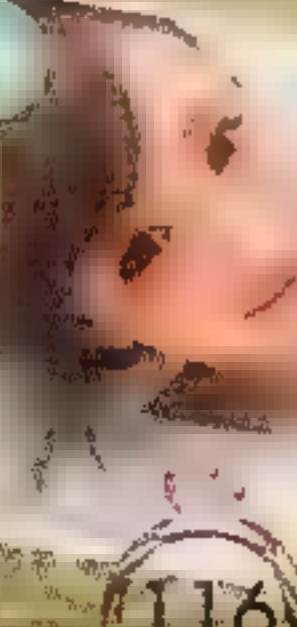
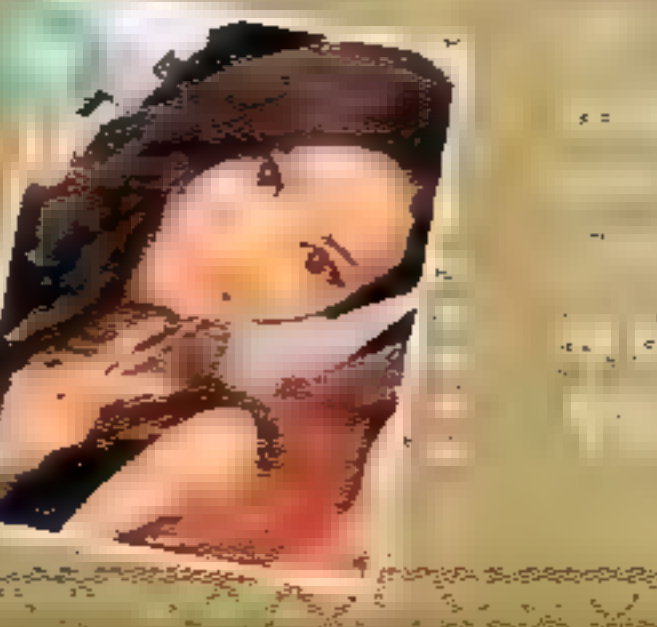
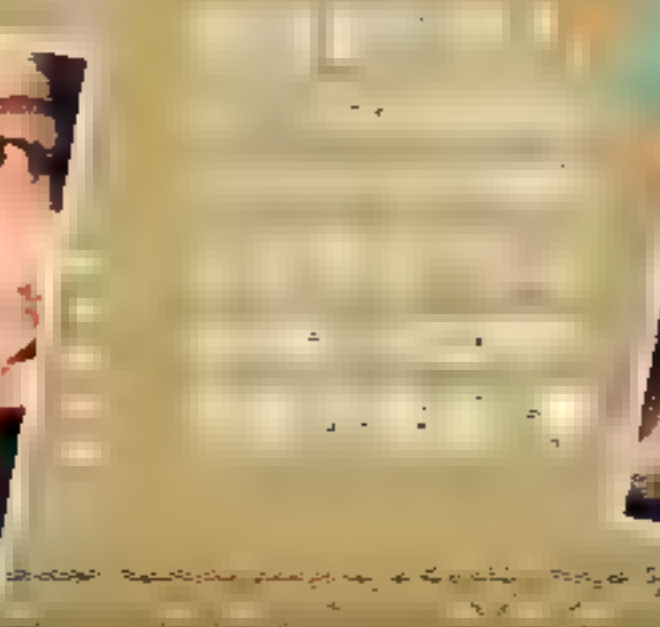
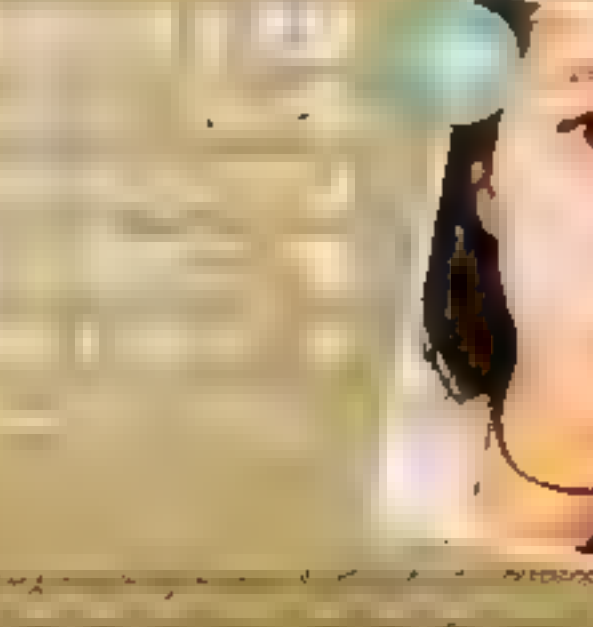
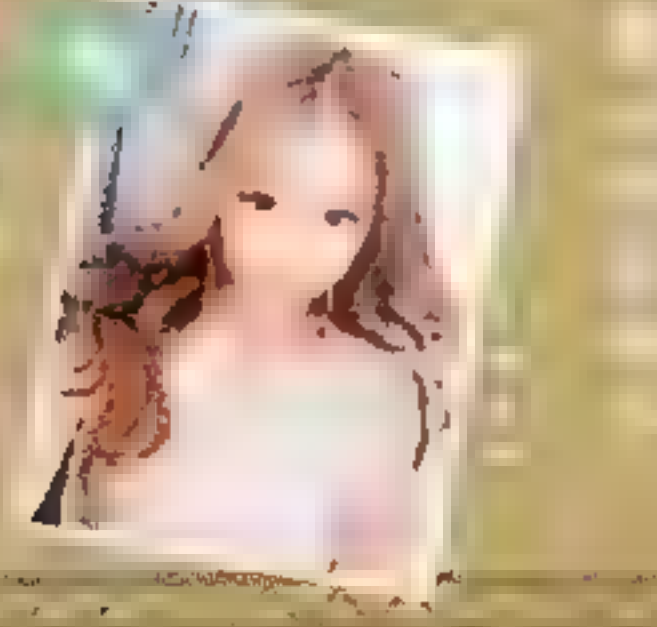
2年前はアヒル口の
ぶんぶん顔(けいこ)



ピースの位置と角度に
古さが匂い立つ(奈々)



上から飛ばしまくって
鼻を消す！(まなか)



2016

1月号は読者参加型企画2本立て!!

姉agehaコスメ大賞&読者のプロフィール白書アンケート!!

毎年大人気、恒例になりつつある姉agehaコスメ大賞と読者プロフィール白書★ 今年もみなさんのリアルな一票と貴重なご意見をぜひお寄せ下さい♪

アンケート

応募方法

点線で切り取って、必要事項を記入してください♪ アンケート用紙を封筒に入れ82円切手を貼って、右の宛先まで送ってください★ なお、当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。
※ご記入いただいた個人情報は、当選者への賞品の送付、企画への参考、今後のアンケート以来の目的にのみ使用させていただきます。

宛先

〒156-0042 東京都世田谷区
羽根木1-21-1 亀甲新は 66
メディアス(株) 姉ageha編集部

締切

2016年10月31日(当日消印有効)

お答えいただいた中から
抽選で30名様にプレゼント!



たった100秒の
美肌ケアで
透明感をGET♡

洗顔のあとに顔・手・腕にな
じませ、100秒たったら洗
い流すだけでお肌がワン
トーンアップ♡ 顔だけで
なく全身に使える★

株式会社アンプリー

03-3567-8666 <http://www.amply.co.jp/>

コスメ大賞編

メイク

Q1. お気に入りのメイク下地は?

商品名
ブランド名 品番・色

Q2. お気に入りのコンシーラーは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q3. お気に入りのパウダーファンデは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q4. お気に入りのリキッドファンデは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q5. お気に入りのフェイスパウダーは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q6. お気に入りのハイライトは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q7. お気に入りのチークは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q8. お気に入りのアイシャドーは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q9. お気に入りのマスカラは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q10. お気に入りのペンシルライナーは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q11. お気に入りのリキッドライナーは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q12. お気に入りの眉ペンシルは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q13. お気に入りの眉マスカラは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q14. お気に入りの眉パウダーは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q15. お気に入りの口紅は?

商品名
ブランド名 品番・色

Q16. お気に入りのグロスは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q17. お気に入りの上つけまは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q18. お気に入りの下つけまは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q19. 上記以外でお気に入りコスメは?

商品名
ブランド名 品番・色

Q20. 2016年によくやったメイクは?

Q21. 去年と変わったメイク箇所は?

Q37. 美容のために摂取している食材 or 飲み物は?

食材
飲み物

Q38. クリニックで受けた施術は?

施術名

Q39. クリニックで受けてみたい施術は?

施術名

Q40. 2016年に始めた美容法は?

Q41. 2016年のスキンケアのマイブームは?

スキンケア

Q22. お気に入りのクレンジングは?

商品名
ブランド名

Q23. お気に入りの洗顔は?

商品名
ブランド名

Q24. お気に入りの化粧水は?

商品名
ブランド名

Q25. お気に入りの乳液は?

商品名
ブランド名

Q26. お気に入りの美容液は?

商品名
ブランド名

Q27. お気に入りのクリームは?

商品名
ブランド名

Q28. お気に入りのシートマスクは?

商品名
ブランド名

Q29. お気に入りの角質ケアは?

商品名
ブランド名

Q30. お気に入りのアイクリームは?

商品名
ブランド名

Q31. お気に入りのリップ美容液は?

商品名
ブランド名

Q32. お気に入りのシャンプー&コンディショナーは?

商品名
ブランド名

Q33. お気に入りのアウトバストリートメントは?

商品名
ブランド名

Q34. お気に入りのキープスプレーは?

商品名
ブランド名

Q35. たるみや小顔のためにしていること or アイテムは?

していること
アイテム

Q36. 美白ケアのためにしていること or アイテムは?

していること
アイテム

プロフィール白書編

あなたのこと
について質問58コ!!

Q42. あなたの身長・体重は？

身長 cm 体重 kg

Q43. あなたの結婚歴・離婚歴は？

Q44. 子供がいる人、男女何人？

息子 人 娘 人

Q45. 昔、日サロに通ってた？ YES ・ NO

Q46. 焼いてた人、後悔してる？ YES ・ NO

Q47. ヘアエクステをつけてる？ YES ・ NO

Q48. 夜職の経験はある？ YES ・ NO

Q49. 夜職やってた人、どこのエリア？

Q50. お出かけ前、ヘア&メイク時間は？

ヘア 分 メイク 分

Q51. 青春時代、自分の人生に影響を与えた人は？

Q52. 1カ月に自由に使えるお金はいくら？

円

Q53. 1カ月のコスメ代はいくら？

円

Q54. 1カ月の服代はいくら？

円

Q55. 1カ月の食費はいくら？

円

Q56. 1カ月の貯金額はいくら？

円

Q57. 総貯金額はいくら？

円

Q58. パートナーへのプレゼント代はいくら？

円

Q59. 既婚の人、人生で一番好きな人と結婚した？ YES ・ NO

Q60. 既婚の人、不倫経験はある？ YES ・ NO

Q61. 彼氏はいますか？ YES ・ NO

Q62. 結婚したい？ YES ・ NO

Q63. 何歳までに、結婚したい？

Q64. どんな婚活してる？ 歳

Q65. 寝る時間、起きる時間は？

就寝 時 起床 時

Q66. 旅行、好きな行き先は？

Q67. サブリ、何飲んでる？

Q68. 今年買いたいちばん高い買い物は？ いくら？

何を？ 値段 円

Q69. お風呂タイムは 何分くらい？ 分

Q70. ずっと好きな食べ物は？

Q71. 1カ月のケータイ代はいくら？ 円

Q72. よく使うケータイの画像加工アプリは？

Q73. 画像加工アプリ以外で好きなアプリは？

Q74. SNOWでよく使うフィルターは何系？

Q75. ポケモンGOは？ やってる・やってた・やってない

Q76. お気に入りのポケモンは？

Q77. よく使うLINEのスタンプは？

Q78. 好きなミュージシャンは？

Q79. 好きなマンガは？

Q80. 二重の形は？

幅広二重・二重・奥二重・一重・その他

Q81. よくしてる髪の毛の長さ・色は？

髪の毛の長さ 髪の毛の色

Q82. つけま派？ まつエク派？ つけま・まつエク・その他

Q83. この顔になりたいって人は？

Q84. 好きな芸人は？

Q85. 今好きな男性芸能人は？

Q86. 今好きな女性芸能人は？

Q87. 今年いちばん印象に残ったニュースは？

Q88. 今年ヘビロテしたファッションアイテムは？

Q89. 現在ダイエットはしてる？ YES ・ NO

Q90. どんなダイエットをしてる？

Q91. 最近買ったダイエットグッズは？

Q92. 気になるダイエット法は？

Q93. 目標はー〇kg？ kg

Q94. ダイエットのモチベーションを保つ秘訣は？

Q95. いちばん効果を感じられたダイエット法は？

Q96. マイブームを教えて！

Q97. 最近感じる体のお悩みは？ (例) オールがきつくなった

Q98. 最近感じる人生のお悩みは？

Q99. あなたにとって「姉ageha」とは？

フリガナ

年齢

歳

住所

名前

ニックネーム

TEL

メールアドレス

LINE ID

職業(具体的に)

今、あなたは…？

編集部からの電話取材

既婚 ・ 未婚 ・ 婚約中 ・ 彼氏アリ ・ 彼氏ナシ

OK ・ NG

OSYAREVO



2016

ハロウィン

コレクション



ハロウィン特集ページ公開中!

QRコードを読み取って
気になるコスチュームの
商品番号を検索してね♪

NCY株式会社

〒813-0034 福岡県福岡市東区多の津1-11-13
TEL:092-409-9665



2,000円以上の
御購入で使える



300 OFF!

クーポン





cted The latest dress information

STYLING_news selection
 HAIR&MAKE_Asami Kumamoto
 MODEL_Ayu,DJ aipuh,Miyu,Yui,Kyoka,Sana
 DESING_Cloud Design Office
 EDITOR&TEXT_Shino Aoyama

最新ドレスをご紹介します！メイクもドレスもいい女風に仕上げて、モテ女に磨きをかけよう♡



湘南平塚 ARENA
AYU

湘南平塚 Pasha
MIYU

DJ
Maipuh

幾何学パターン柄と胸元のレースで気分はまさに不思議の国。
 オフショルと膝上丈で女らしさも見せよう。
 オフショルダーフレアミニドレス¥12,800/news

フラワーカラーのレースにコードレースをトリミング。
 デコルテ周りをすっきり見せてくれるオフショルもポイント。
 オフショルダーミニドレス¥7,900/news

バンテージタイプの素材とカップ切り替えがセクシー。
 フィット感抜群で動きやすさも◎！
 トップスとボトムをバラして普段使いにもオススメです。
 バンテージトップス¥7,800、バンテージスカート¥9,800/news



To women to be respe

いつもより少しだけドレスアップしてお出かけ！結婚式の二次会やシーズンごとのパーティーなどでも大活躍の



Singer

SANA

スカートのフェイクポケットがカジュアル感をアピール！
ちらりと見せるウエストラインで女度をあげて。
レース切り替えセパレートミニドレス¥19,800/news



湘南平塚 X

KYOKA

いい女が着こなすこなれ感たっぷりのセクシーライン。
肌見せをしっかりと男たちの視線を釘付けに。
コードレースアレンジプリントバンテージミニドレス¥19,800/news



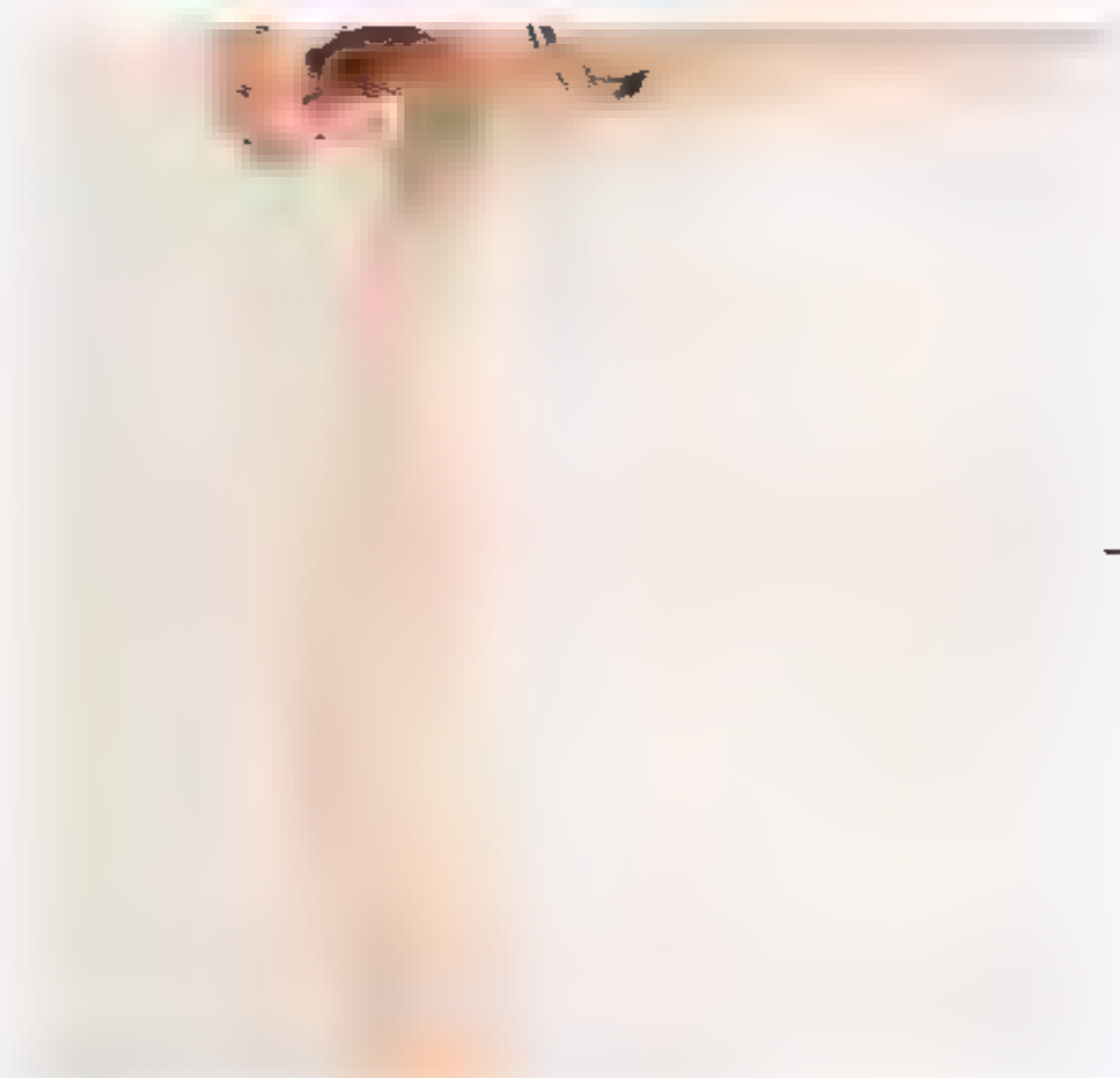
湘南藤沢 RICH

YUI

女の格をあげる透け感でヌーディーな美脚ラインを演出。
美しさを追求するときは、ここまで攻めてみるのもアリ！
コードレースアレンジロングドレス¥29,800/news

to be respected

by news selection



サイドの淡いピンクの切り替えて、脚長効果と柔らかな女性らしさを演出してくれる。



バンテージの素材を活かしたシンプルデザインのドレス。
デコルテの肌見せでつい触れたい女に。
バンテージミニドレス¥17,000 / news



首〜デコルテの美しさを一際輝かせる胸元デザイン。上品な大人の品格を見せつけよう。

海外セレブにも人気の背中に大きくアキのあるデザイン。
背中で見せる女性らしさは、いい女は必ず取り入れてるはず！
カットアウトニーリングスベンシルタイトドレス¥19,800 / news



バンテージ素材は、体のラインにしっかりと沿ってくれるので体型カバーにも役立ちます。

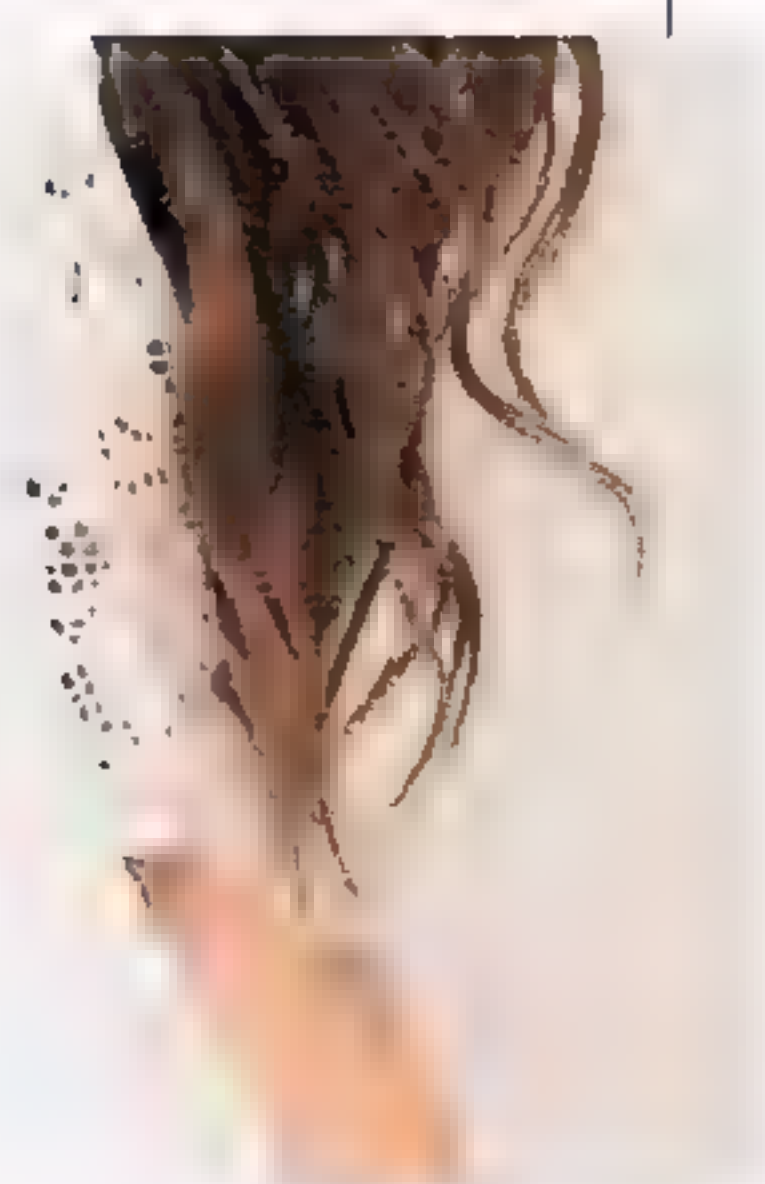


胸元のカップ切り替えて女性らしさをグッと上げる！
ロング丈から見せるスリットラインで脚長効果
ビスチェタイプセパレートバンテージドレス¥21,800 / news

To women styling

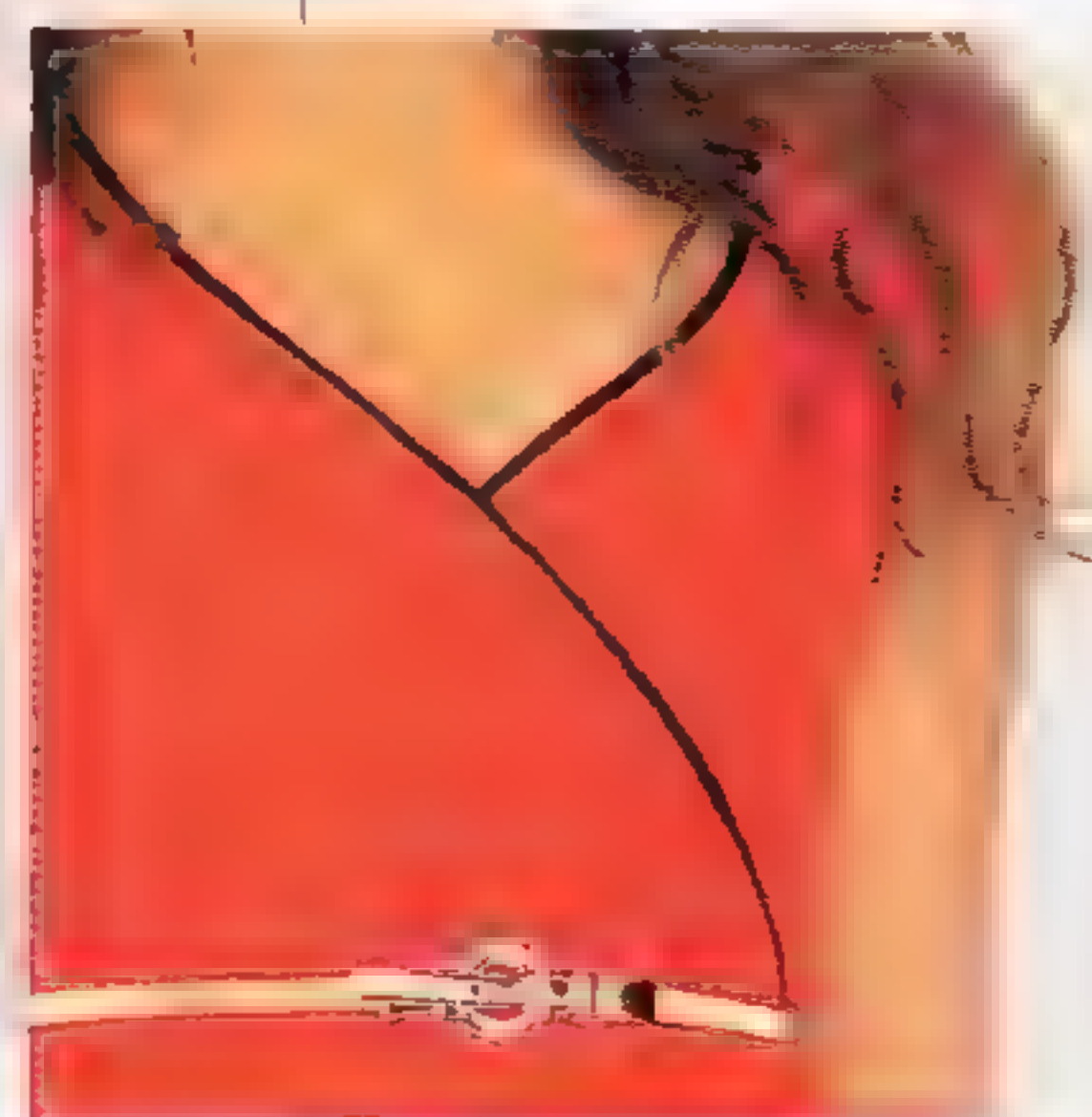


オールレースで柔らかな雰囲気を出す。
胸元と肩周りの肌見せは、大人レディの仕上げポイント。
フリルベアレースミディドレス¥19,800 / news



腕まで広がるレースがお姫様気分をぐっと上げる。休日の午後に、ひっそりと出かけて普段は見せない姿を見せてみるのもアリ。

黒のバイピングをアクセントに
ヴィヴィッドオレンジで鮮やかに決める!
ハイウエスト切り替え ダーツアレンジニーリング
スパンシルタイトドレス¥19,800 / news



デコルテと胸元のアキはさりげなく見せつつ、
ベルトで引き締めてウエストマーク。

二の腕部分が気になる!という人は、ヘルシーなレースで隠してエレガンススタイルに仕上げよう。



胸元から手首まで伸びるレースが上品さを匂わせる。ひざ下のレースがマーメイドタイプで愛らしい。
ドロップショルダーマーメイドロングドレス
¥24,800 / news



肌の奥までうるおいで満たす赤の化粧水でエイジングケア、始めませんか?

新感覚のエイジングケア化粧水 イクスピュア フラレンシアローションで 透明感あふれるうる肌に

イクスピュア フラレンシアローションとは?

注目の美肌成分フラレンと進化型ビタミンC誘導体を配合した化粧水。ヒアルロン酸と9種の植物エキ스가乾燥しがちな肌もしっかり保湿。輝きを放つようなツヤが透明感も引き出してくれます。

しっとりツヤめくうる肌で

恋も女の人生も

もうひと花、咲かせましょ!

使い方

1〜2プッシュを手のひらにのばし、やさしく肌を押さえるようになじませるのがコツ。やさしくパッティングするうちにうるおいが浸透。キメが整って乾燥による小ジワや毛穴の目立ちを抑えてくれます。

イクスピュアフラレンシアローション
60ml ¥6,500(税別)

お問い合わせ

株式会社アンプリー 東京都中央区銀座4-8-12 ☎03-3567-8666

PHOTO: Nobuyuki Sasaki



ハイセンスなニューリッチを着こなす



JAPAN OFFICIAL

アジア中で大注目のSASA。
ニューリッチ・プチセブをコンセプトに、
20代～30代のオシャレ好きな女性を中心に大人気!!
デリースタイルからパーティースタイルまで、
幅広くときめくアイテム満載。



SASA公式インスタグラム @misssasa



<http://www.sasa9.jp/>

INFO : Futier International TEL : 048-711-9992 MAIL : sasa@futier.co.jp

迷わず狩れよ、 狩ればわかるさ！

～ヤリマンちゃんとヤラレマンちゃん♡～

10代の頃のように「好き」か「嫌い」かだけで
割り切れなくなってくるのが大人の恋愛。とはい
え歳や体裁を気にして守りに入るより、ストレ
ートに攻めまくったほうが絶対お得♡ ヤリマン
レッテルなんて恐れずに、ガンガン行こうぜ！
PHOTO_Yoshinobu Bito HAIR_Chiharu Koya EDIT&TEXT_Hironeko-A

Q. SEXの相性って
何で決まると思いますか？

A. イチャイチャしたい
量とタイミングが
合うかどうか

そこが合わない「何でこんなときに
触ってくるの？」ってちぐはぐな感じに
なっちゃうと思う。あと、エロいと思う
パフォーマンスの好みに近いコトも大
事。エロいとキモいは紙一重だから、味
覚が合うみたいなレベルだね。声の
トーンとか言動とかエロいポイントがわ
かってると、お互いの気持ちが盛り上が
りやすい行為に没頭しやすい。相手に
合わせるんじゃなくて自分からしたい
と思える分、回数も増えるはず♡

Q. ホレた相手が絶食系でした…。いくら誘っても無反応なので、
次に行こうと思うのですがモヤモヤが晴れません。
あれって一体なんなんでしょう？

A. SEXしたいと思うほど
好きになれた相手がいないだけ

つまらないヤツ！…と思いがちだけど、そこまで好きになれた相手が
いないだけなんじゃないかな？ だって、男の人って恋が芽生えると、
四六時中そういうことしますって体勢になるから。相手のことが好きで、
その相手も悦んでるからこそイチャイチャすることがもっと好きになる
わけで。どうでもいい相手とのSEXを避けたくなるのは男も女も一緒！

Q. 歳の差とテクニック問題の間で揺れて
います。これまでの経験上、年上のほう
がうまい人が多い気がするけど、最近は
年下のかわいさも捨てがたいんです。

A. SEXが上手いか
下手かはハタチ以降は
変わらないと思う

年齢や歳の差じゃないと思う。ハタチですっ
くうまいコは何歳になってもうまいだろうし、
30歳超えても普通な人は普通のまま。目安と
してはハタチくらいで完成してる気がする。
SEXに限った話じゃないけど、大事なのは才
能と探求心♡。どんくらい勉強してるかとか、
相手の好みを探る気遣い力にもよるし。あとは
身体の使い方がうまいとか。身体能力の高さは
テクに生きると思う★

Q. SEX=恋愛のすべてと思って
しまうのは考えすぎですか？

A. 全然！だって
恋人同士でしか
しないことだし

そこだけが恋愛のポジション、というか他
は友情でもひとりでも賄える気がするし。
だからこそ恋人選びはそこを重視すべきだ
と思う。そこが微妙だと、「お前何役だ
よ？」って感じだしね(笑)。そこで選ぶな
ら、なるべく早めにヤッて上手いか下手か
見極めた方がいい。ただ、10代の頃と比
べるとヤツたくらいじゃ何も伝わらない
し、つき合うとかの関係性も絶対とは言
えない。SEXも大事だけど、それ以上に純
愛を貴く関係を築く努力も忘れないで！

Q. パートナーからの要望にはどのくらい応えるべき？

A. 自分が応えなかったら
その要望どこ行くの？

例えるなら家庭料理が好きなのに、家じゃ食べられないみたいな。
提供できるのは自分しかないのに断るわけだから、最悪浮気されて
も仕方ないよね。長く一緒にいたいなら自分がそれを請け負わない
と。「今ひらめきました」みたいな要望は断っていいけど、逆に何回
も言うてくることは本当にやりたいんだろうから勇気を出したほう
がいいと思う。ただ痛くないようにとか、イヤにならない程度にね！

Q. 三十路が近づいて結婚を意識し出した
ら、恋愛やSEXに対して慎重になっ
てしまいました。時間をムダにしたくない
し、今更ムダ打ちもしたくないで…。

A. 結婚を焦る人こそ
攻めてナンボ！
ヤリマンレッテルを
恐れる必要はない

「絶対に結婚までいきそう」って人だけを慎重に
選んでるほうが時間がかかると思う。周りを見
てると大体の人が「まさかこいつと！」って相
手と結婚してる。その「まさか！」のチャン
スを逃さないためにもハードルをめっちゃ下
けて、どんどんつき合っでどんどんヤッていくべ
き！ どんだけヤリマンと言われても選ばれる
コは選ばれてるわけだから、肩書きは関係な
い！ 逆に「ヤリマンだからちゃんと困ってお
こう」と婚期が早まる展開もあるから、悪いも
んじゃないと思うよ♡

Q. イマカレのことは好きだけど、
ぶっちゃけSEXが苦手です。
マグロでも平気なもの？

A. マグロでも平気だけ
できれば反応
してあげて

SEX時のコミュニケーションとして大事な
のはリクエストがあったときに応えるということ
と、相手がしてくれたことにちゃんとリアクシ
ョンすることだと思う。といっても、マグロが原
因でフラれるってことはまずないから安心して。も
し急にフラれたとしても、理由はSEXと別の
ところにあるはずだから！

美咲コラム

意志のない“ヤラレマン”は “ヤリマンより”相当厄介！

ヤリマンは自分がヤリたくてヤッてる人で、ヤラレマンは
流されてヤラれちゃう人。両者を比較したときに厄介なの
が“ヤラレ系”の人たち。なぜならそのSEXには自分の
意志がないから。相手をちゃんと選んでないだけに、変な
のと変なことになったりしちゃう。事故とか突発的なもの
が多かったり、ややこしい相手との浮気にも走りやすい。
これは女子に限らず、男性にもそのまま言えること。ヤリ
チンの彼氏はセーフだけど、ヤラレチンは要注意!! ヤラ
レ系の人たちは基本的に「NO」と言えない性格。それだ
けに空気が読めてやさしいからモテるんだよね。人の気持
ちを思いやれるから、夢も叶えてる人が多いし。もし結婚
相手がヤラレチンだった場合、厄介な女と事故始まりの不
倫に発展…なんて展開も危ぶまれるから気をつけて！(笑)。

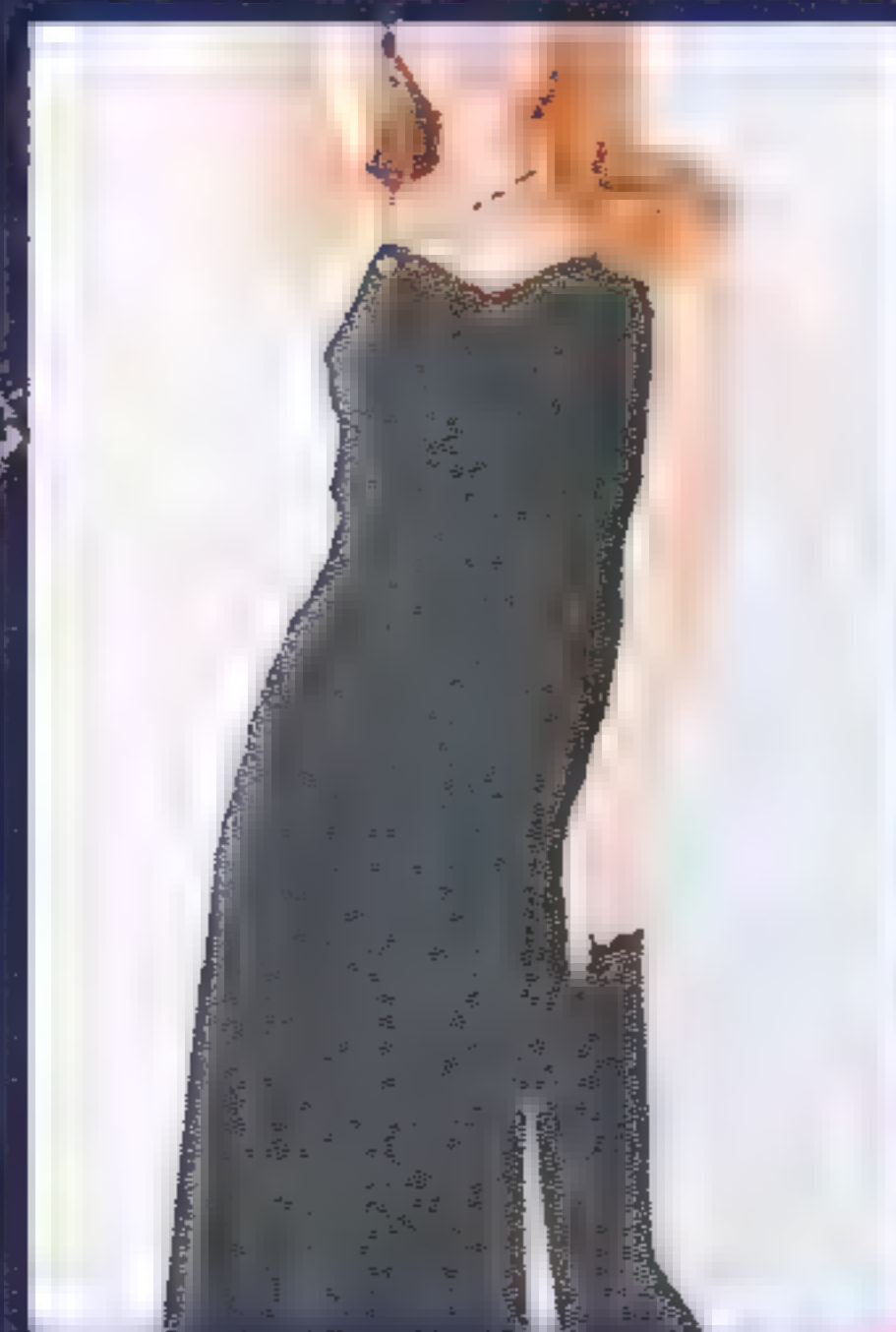
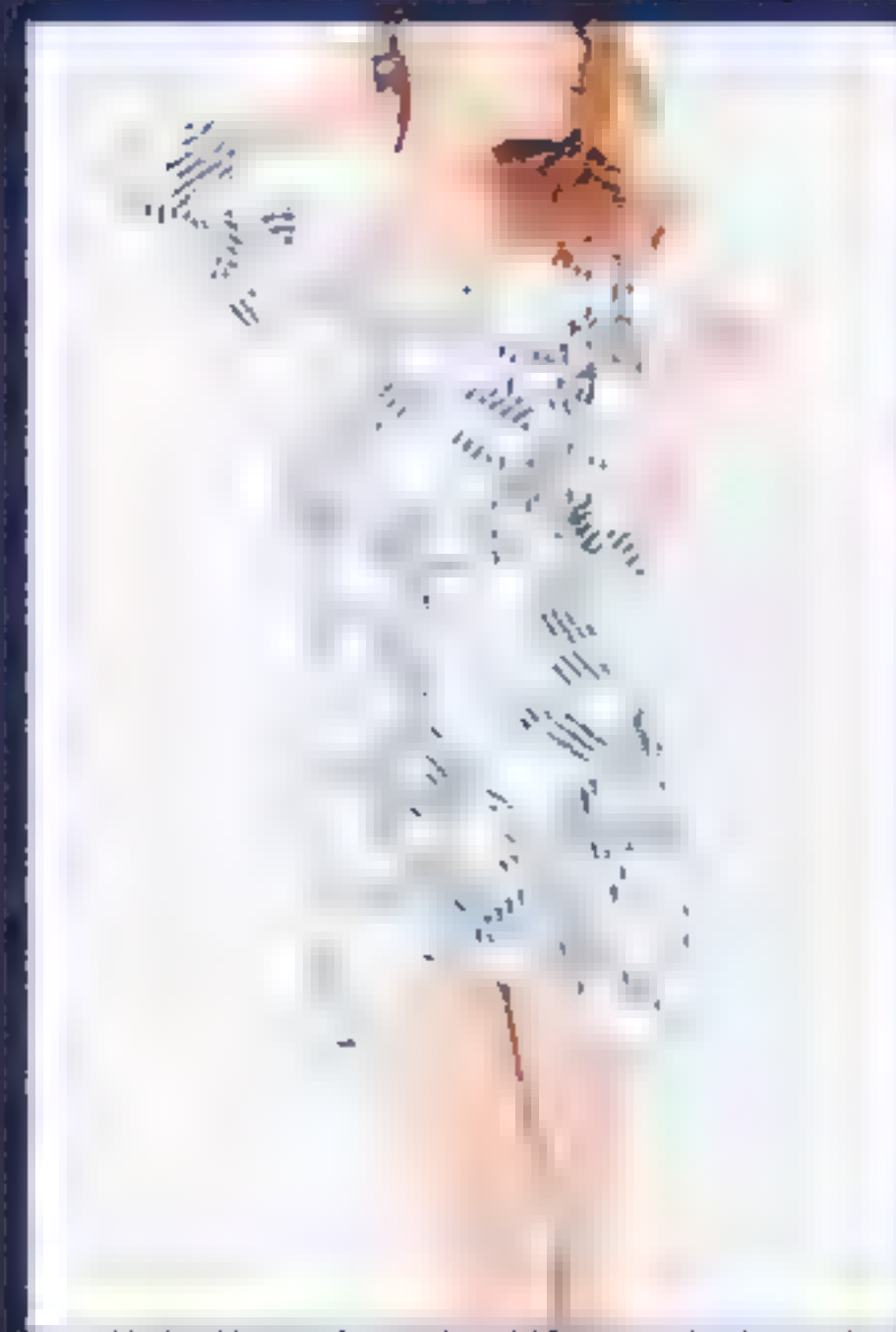
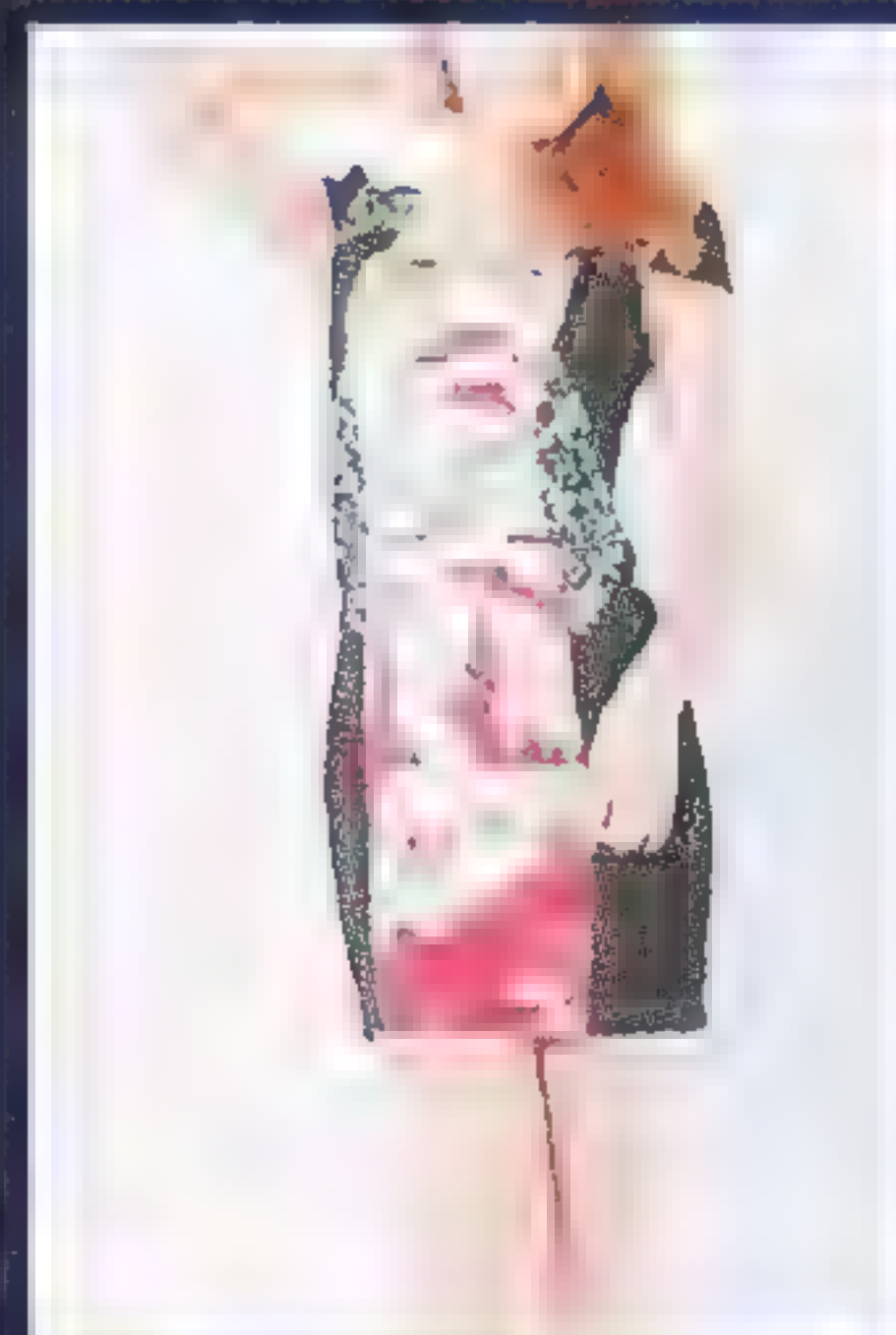
チャンスはじっと待つよりも
自分から作った方が高打率！

Rich or Die



SHOP LIST

PAYZ 東京都町田市藤田5-6-1 JORNA2階 TEL.04-2727-1042
 MINAX新宿アルタ店 東京都新宿区新宿3-24-3 新宿アルタ3階 TEL.03-3311-4604
 MINAX上野ABAB店 東京都台東区上野4-6-4 上野ABAB2階 TEL.03-5818-0679
 NUDIST 東京都立川市南町2-1-2 フロム中武2階 TEL.04-2595-7807
 Brats南館店 北海道函館市中央1-7-1 2階 TEL.01-3862-1110
 Brats旭川店 北海道旭川市東5区1条8-1-65 1階 TEL.01-6659-9711
 Brats帯広店 北海道帯広市西4条南12-3 2階 TEL.01-5520-2277
 Brats西条店 北海道帯広市西21条南4-1 1階 TEL.01-5558-5611
 Brats苫小牧店 北海道苫小牧市本町1-6-1 2階 TEL.01-4438-0200
 Brats小樽店 北海道小樽市南町2-20-1 2階 TEL.01-3421-1616
 Brats五所川原店 秋田県五所川原市大字藤巻字豊巻3-1-1 エルム2階 TEL.01-7333-6061
 Brats秋田店 秋田県秋田市地北町4-58 1階 TEL.01-8883-3355
 Brats山形店 山形県山形市七日町2-7-43 虹の館1階 TEL.023-615-4610
 Brats青森店 青森県青森市西1-9-2 11-40 イートンヨーカー2階 TEL.02-4939-8081
 Bratsいわせ店 福島県いわせ市中中央飯野4-1 1階 TEL.02-4646-7600
 DUNE 山梨県中道町昭和町1695-5 TEL.05-5215-0129
 Brats金沢店 石川県金沢市西条4-11 1階 TEL.07-6241-4710
 Brats勝田店 茨城県ひたちなか市石川町1-1 2階 TEL.02-9354-6240
 Brats上水戸店 茨城県上水戸市上水戸2-8-1 2階 TEL.02-9254-5841
 Bratsカテイ 神奈川 茅ヶ崎市茅ヶ崎1-64-99 三芳ビル1階 TEL.02-9993-9318
 Brats成東店 千葉県山武市成東1808-1 1階 TEL.04-7580-1090
 アクティブ 成田本店 千葉県成田市北水町219-89 TEL.04-7623-6509
 アクティブ 成東店 千葉県山武市成東174 TEL.04-7577-8098
 ドレス パーティ 埼玉県児玉郡上里町大字金久保字登山359-1 イオンタウン上里2階 TEL.04-9571-9393
 Brats藤田店 埼玉県藤田市中4-5-13 2階 TEL.04-9765-0550
 マック大宮店 埼玉県さいたま市大宮区宮町1-2 TEL.04-8641-8591
 ドレスショップ One-piece 神奈川県横浜市中区港町5-24-2 マリナード地下街B-5 TEL.04-5651-3255
 Brats浜松店 静岡県浜松市南区東若林町11-1 1階 TEL.05-3444-0180
 Brats津和野店 大分県津和野市青木若松町21-1 ラパーク津和野1階 TEL.07-2422-1210



<http://www.richordie.jp>

リッチオアダイ



28

Ciala trois quatre
×

ビリヤード



¥30,000 [税別]

クロスゴールドベゼル

(本体：ピンク × ベルト：ピンク)1201-0505

●外寸(リューズは含まない)：45mm ●文字盤(内側)：40mm/ 厚さ 11mm
●ベルト：幅 20mm/ 腕周 15cm から 20cm まで(8段階)調整可

クロスデザインとサークルデザインが2段交互に回るデザイン。大きな文字盤とともに贅沢に煌めくスワロフスキーフレーム周りには、二重にスワロフスキーがあしらわれております。



¥30,000 [税別]

ミニクロスゴールドベゼル

(本体：クロ × ベルト：クロ)1206-0202

●外寸(リューズは含まない)：40mm ●文字盤(内側)：33mm/ 厚さ 11mm
●ベルト：幅 20mm/ 腕周 15cm から 20cm まで(8段階)調整可

クロスデザインとサークルデザインが2段交互に回るデザイン。今までのクロスデザインのミニバージョン。小さくなっていますが、サイドのスワロフスキーが5列になりゴージャス。



¥30,000 [税別]

ミニクロスゴールドベゼル

(本体：ホワイト × ベルト：ホワイト)1206-0101

●外寸(リューズは含まない)：40mm ●文字盤(内側)：33mm/ 厚さ 11mm
●ベルト：幅 20mm/ 腕周 15cm から 20cm まで(8段階)調整可

クロスデザインとサークルデザインが2段交互に回るデザイン。今までのクロスデザインのミニバージョン。小さくなっていますが、サイドのスワロフスキーが5列になりゴージャス。

早川
沙世



ビリヤード 8

<http://billiard8.net/annecoquine/>

◀ご購入はこちら

PRESENT

応募はコチラから♡

パソコンからの応募は、右記QRコードor下記アドレスからアクセスしてください。巻末ハガキでのご応募は希望プレゼント賞品の番号を書いておくってください。



<https://mediasjp.com/oubo/oubo.cgi>

肌や髪の乾燥が気になる季節も高保湿の美容アイテムがあれば無敵♡ 服とメイクを衣替えして気分もアゲ♡ 巻末ハガキかwebで欲しい番号を記入して応募してね♪ P150にネイルチップのプレゼントもあるからチェック★

締切:2016年12月6日(火)必着

《個人情報取り扱いについて》
プレゼント応募でご記入いただいた個人情報(住所や氏名など)は、当選者へのプレゼント賞品の送付、今後の企画の参考、アンケート依頼の目的にのみ使用させていただきます。

PHOTO_Junji Moroi (ROOSTER) [No.4]

visée AVANTより

リップティント&シングルアイカラー♡



クラマラスなメイクで秋冬の魅力をプラス
ひと塗りでもしっかり発色する上質な使い心地のアイカラーと、ベタつかないなめらかなオイルでぷっくりリップが演出できるリップティントのセット♪ 組み合わせは編集部にて任せてね♡

コーセー ☎0120-526-311
www.visse.jp



プチールより

まゆティント♡

PRESENT
1

最大120時間も
落ちない時短
まゆアイテム♡
塗って剥がすだけで
まゆげが消えなくな
るまゆティント♡
寝起きでもシャワー
を浴びてもしっかり
残るよ♡ ダークブ
ラウンとライトブラ
ウンの2色セット★



グリッターインバージョン ☎027-395-42610
<http://glitter-inn.jp>

サボリーノより

フェイスマスク♡

PRESENT
5



目と鼻の周りを冬に嬉しい高保湿タイプで保湿★
寝起き肌にそのまま貼るだけで洗顔、スキンケア、保湿下
地になる便利すぎるオールインワンマスクの新作♡ 汚
れや角質を落としつつ、高保湿でしっかり潤うよ♡

BCLお客様相談室 ☎0120-303-820

DaTuRaより

ムートンコート♡

PRESENT
4



どんなコーデにも
合わせやすい
使える1着♡
内側は全面上質なフ
ェイクファーで覆わ
れたかわいさも暖か
さも抜群のコートだ
より 今冬ヘビロテ
間違いなし★ P38
で紹介されているコ
ーデも参考にしてくね

DaTuRa ルミネエスト新宿店 ☎03-6380-4792

PRESENT
3

LUX ルミニークより

シャンプー&
トリートメント♡

セットで1名様



大人気ヘアケ
アブランドから
冬期限定で登場!
美しい雪がモチーフ
となった「ウィンター
ドリーム」は保湿成
分が入っていて、冬
の乾燥から髪を守っ
てくれるよ♡ ホワ
イトフローラルの香
りも癒される♡

ユニリーバ お客様相談室 ☎0120-500-513

マリコールより

バストクリーム♡

PRESENT
7



フランスエステ
NO.1ブランドの
塗る豊胸クリーム♡
バスト〜デコルテに
塗るだけのバストク
リームが登場♪ 使
った人の8割がバスト
にハリが出たと答えた
ほど効き目抜群♡
自宅でもハリのあるバ
ストをゲットして♡



KO-GA-OH! より

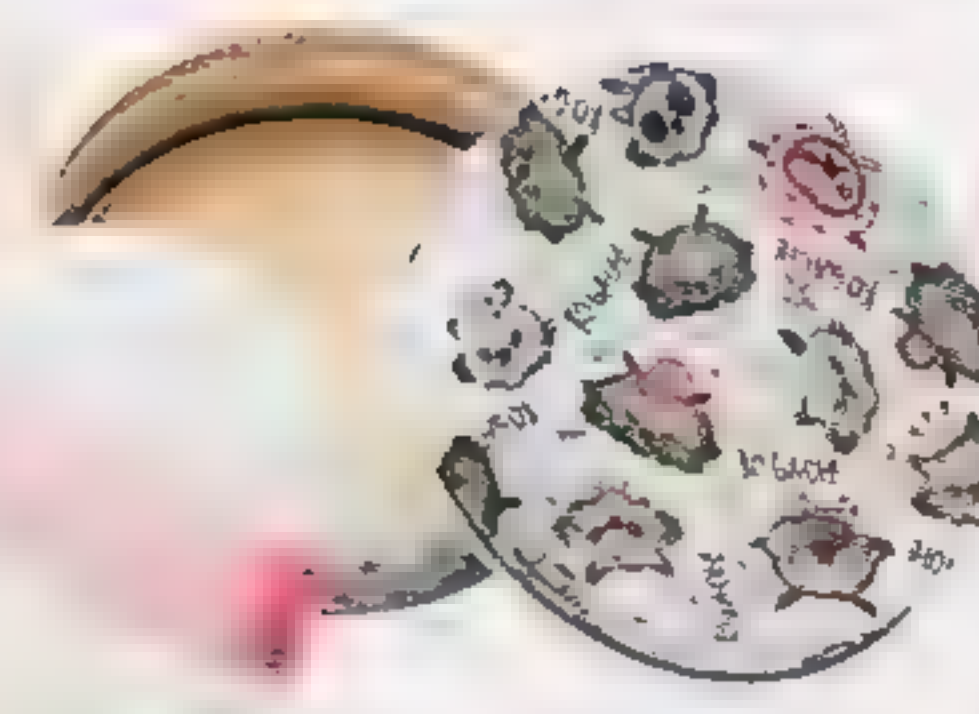
CCジェル&パウダー♡

PRESENT
6

KO-GA-OH!

ライトオークルグロッシーピンク

ナチュラルオークル



新発売のパウダーは立体感もカバー力も抜群♡
CCジェルは3D還元ポリマーと美容液成分入り、CCフェイスパウダーはつや出しパウダーと
キメ補正パウダー入り♡ 自然な透明感のある肌が完成するよ♡ 好きな色を選んでね♡

(24歳以上限定です★(上は年齢制限なし))

応募方法

必ず指定の場所に写真を貼り、必須事項を書いて切り取り、
封筒に入れて編集部まで送って下さい。(コピー、折り曲げ可)
〒156-0042 東京都世田谷区羽根木1-21-1 亀甲新は66
medias株式会社
お姉さんアゲハ編集部「読者モデル応募係」
編集部での審査の後、合格者のみご連絡を差し上げます。

読者モデル大募集中♡

全身のPHOTO
F25cm

顔のPHOTO
F25cm

ここ3ヵ月以内のはっきり
写っている写真をお願いします

名前 (歳) 電話番号

住所 職業(職種を詳しく)

生年月日 年 月 日 メールアドレス 趣味・特技

整形モニター OK ・ NG メスを使う施術 OK ・ NG 注射などのプチ整形 OK ・ NG

自己PR

旬なニュースやトピックをもれなくキャッチ★

INFORMATION

日々の生活に役立つ情報をゲットしてイベントや商品、サービスに活用しよう。今回は、10月のイベントやコスメ、美容情報も盛りだくさん。

02



SUPPORTED BY
RESEXXY



女の子のための
ガールズハロウィンイベント♪

「Tokyo Girls Bang Halloween supported by RESEXXY」が10月29日15時～20時、ダイバーシティ東京 H.L.N.A SKYGARDEN / SKATE PARKで開催★ チケットはFLYERで発売中。前売り3,000円、当日4,000円。詳細はP24を見てね♪

©Tokyo Girls Bang Halloween実行委員会
☎03-5791-1798 <https://iflyer.tv/jp/>



01



みんな待ってた!! DaTuRaのIQOS シール発売♪

大人気DaTuRaからついにIQOS Gizmobiesが登場♪ DaTuRaらしいローズ柄5タイプで、シンプルなIQOSが貼るだけで華やかになるよ♪ ドン・キホーテ（一部店舗を除く）限定販売で濃いめピンクのローズ柄デザインも♪

©DaTuRa ルミネエスト新宿店
☎03-6380-4792 <http://www.datura-web.jp>

05

美しさを格上げ♡ スキンヒール
専用ローションがリニューアル☆



代謝を高めて美肌を作る人気の「タカミスキンヒール」と同時に使うと効果抜群の「タカミローション」が進化して新登場★「肌の状態」や「肌の悩み」によって2タイプから選べるのも嬉しい☆

©タカミ
☎0120-291-714 <http://www.takami-labo.com>

04

ハネラインを引くことができるアイ
ライナー11月1日(火)に新登場!



簡単にアイラインが引けるテンプレート付ライナー「ラブコーション リキッドアイライナー」が登場★お湯で落ちるのに耐水性と速乾性に優れているから、消えやすい目尻にもじまらずキレイに描けるよ♪

©ナリスアップ コスメティックス お客様相談窓口
☎0120-32-4600 <http://www.narisup.com>

03

睡眠の悩みは、IYASHIANで大
人気の安眠スパで解消!

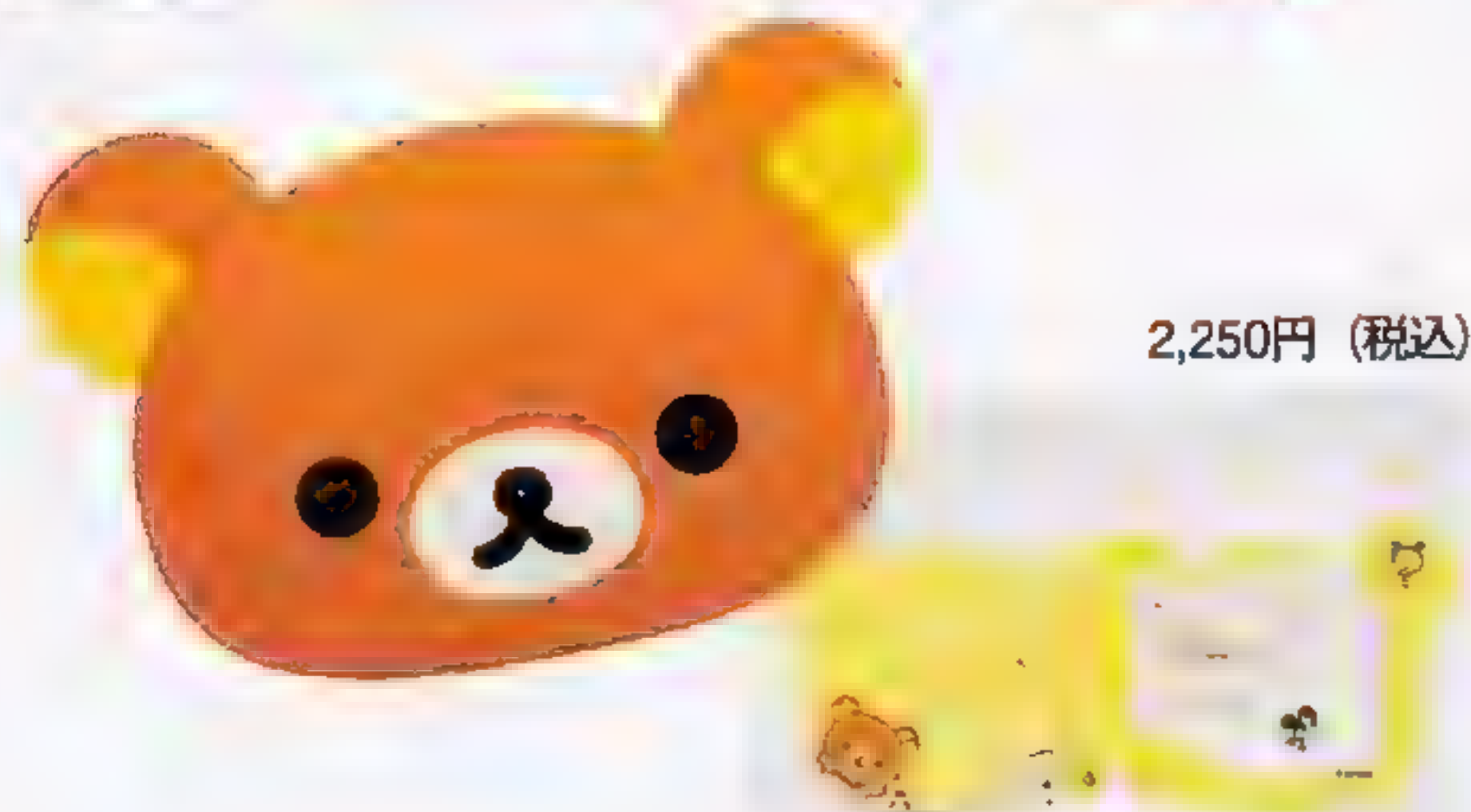


エステ&マッサージIYASHIANで人気の安眠スパは、不眠のお悩みに効果絶大♪ 不眠や髪、頭皮のことでお悩みなら是非IYASHIANに相談してね★福岡県大野城市白木原5-6-12 フェニックス福岡南1F

©Beauty&Relax IYASHIAN
☎092-593-1715 <http://www.beauty-iyashian.com/>

08

全国にお届けできる
キュートなリラックマ電報♡



2,250円(税込)

©2016 San-X Co.,Ltd All Rights Reserved.

電報サービス「e-denpo」からリラックマ電報が登場♪ 中面に描かれたリラックマとコリラックマの部分には切り込みが入って、フォトフレームとしても使えるよ♪ 気軽に電報を送っちゃおう♡

©KSGインターナショナル
☎06-4796-0304 <https://www.e-denpo.net/>

07

洗顔いらずのサボリーノ朝用マスク
から高保湿タイプが限定発売!



洗顔&スキンケア、さらに下地効果もあるサボリーノの目ざまシートから、乾燥が気になる季節にぴったりのミックスベリーの高保湿タイプが登場♪ むくみを軽減しながら1日中潤いが続くよ♪

©BCLお客様相談室
☎0120-303-820 www.bcl-company.jp

06

高美の粘着力と美観シリコン
ブラのお買い得SETが出たよ♡



ドレスにも胸元の開いた服にも使えるシリコンブラはまとめ買いがおトク★ Rich or Dieなら買えば買うほど安くなるよ♪ 1箱1セット750円・2箱セット1,300円・3箱セット1,500円(税込)になるよ♡

©Rich or Die
☎03-6661-0076 <http://richordie.jp/>

姉agehaが年間定期購読 できるようになりました♥

「コンビニを回ってもなかなか見つからない…」「忙しくてなかなか買いに行く時間がない…」
「しょっちゅう買い忘れる…」そんなあなたに朗報です!!



＜定期購読特典＞

♥ 送料は無料です!

♥ 特別定価の特大号との差額はいただきません!

1年間(6冊)で 4,080円(税込)

※680円(税込)×6冊=4,080円(税込)。
定期購読料金は変更になる場合があります。最新号をご確認ください。

送料無料で お手元に確実に届きます!!



＜お申し込み方法＞

お近くの書店、もしくは下記までお申し込みください♥

書店がご不便の方は、富士山マガジンサービスをご利用ください。

富士山マガジンサービス

姉アゲハ フジサン



<http://www.fujisan.co.jp>



フジサン フジサン
☎ 0120-223-223

受付時間／24時間年中無休



「10年間活動して築き上げたものの結晶が、今日ここヤンマースタジアム長居だと思っています」(G-DRAGON) 5人はクールなパフォーマンスとウィットに富んだMCで約2時間45分、全力でファンを楽しませていた。(左)この日の最高気温は36℃。それよりアツイ熱気が会場を包み込む。(左下)約45万件の応募の中から選ばれた5万5000人が彼らと夢の時間を過ごした。

「今日は10周年やから、10倍楽しもうぜー!!」(V.I.)

7月30日、大阪・ヤンマースタジアム長居にて初の単独スタジアムライブ「BIGBANG 10 THE CONCERT: 0. TO. 10 IN JAPAN」が行われていた。当初は2日間の予定だったが、応募が殺到したことで急ぎよ追加公演が決定。29日、31日にかけて開催された本ライブには、彼らの10周年を祝うべく延べ約16万5000人のファンが集結した。

スタジアム上空を覆っていた雨雲が姿を消し、会場が青空に包まれる中、ステージ最上段からBIGBANGのメンバーが登場。「大阪Ready」(G-DRAGON)「10周年応援ありがとう」(V.I.)とそれぞれ思いを放ち、2009年にリリースされた日本メジャーデビュー曲「MY HEAVEN」からライブはスタート。

トロツコに乗り込み、スタジアムの上段までビッシリ埋め尽くされた観客を満面の笑みで見渡し、10周年の感謝を込めてファンとのコミュニケーションを楽しみむ5人。そして、アリーナ最後尾に設置されたステージにたどり着くと、「WE LIKE 2 PARTY」を披露した。続いて「HANDS UP」と新旧のパーティーチューンでさらに会場の温度を上昇させ、再びトロツコに乗ってメインステージへ。「みんな手を挙げて! Make some noise」と炎が燃え盛る中、5万5000人を煽るG-DRAGON。これまで予測不能な演出で観客を驚かせてきたBIGBANGだが、「行くぞー」と叫んだ瞬間、ステージの高さを超えるウォーターキャノンが吹き上がる。その膨大な水量にステージ前方のファンはびしょ濡れに。まさに真夏の野外スタジアムならではの演出が飛び出した。5人それぞれがこの日の意気込みを口にし、恒例の「Are you ready? say na na na」の「ール&レスポンスから「BAD BOY」[LOSER]とミドルチューンを立て続けに歌い上げ、会場に心地よい風がもたらされた。SOLとD-LITEを座長とするBIGBANG劇団(?)のコント、V.I.の2人での披露。おなじみのコール&レスポンスタイムでは、左のD-LITEチームと右のV.I.チームに分かれての声出し合戦が繰り広げられた。

BIGBANG

PROFILE
韓国の5人組グループ。楽曲制作からライブプロデュースまで自らの手で行っている。「ハイ」と「ロー」2つのラップ。柔らかな3つの歌声が絶妙に絡み合い、唯一無二のサウンドを作り出す。11月からはツアーと同時にスペシャルイベントの開催が決定している。

2016.7.30 大阪・ヤンマースタジアム長居
BIGBANG 10 THE CONCERT : 0. TO. 10 IN JAPAN
Live REPORT

姉agehaが今、話題のあの人にラブコール♥ vol.11
姉的 power push artist

韓国デビューから10周年を数え、爆発的な人気のBIGBANG。3日間で約16万5000人を動員した大阪・ヤンマースタジアム長居でのライブをレポート★

REPORT Ayano Hoshino

5人の個性あふれる
ソロステージで会場を虜に

い瑞々しさを感じさせると、5人はステージ中央に集まり、「僕たちがBIGBANGだ!」といわんばかりのポーズを決めた。

ライブはソロ・ユニットステージセクションに突入し、トップバッターを飾ったのはV.I.だった。バラエティータレントとして日本のお茶の間でも人気だが、ソロコーナーでは一変してクールなパフォーマンスで男らしさを見せ、「STRONG BABY」では女性ダンサーとの濃厚な絡みを魅せ、場内に悲鳴が響き渡った。

続いて全身紫色のスーツをまとったD-LITEが両手を広げて登場し、腕についたフリンジ袖をなびかせながらソロ曲「WINGS」を力強く熱唱。「ナルバキス」(Good Bye Gwisun)ではおなじみの胸筋動かしも、今回は映像とリンクさせてスケールアップ! カラフルなテープが宙を舞う中、ジャケットをはだけさせ、心臓音に合わせて胸筋をさらに激しく振動させて、セクシーな表情をのぞかせた。

またこの日のスペシャルとして、いきものがかりの「じよいふる」をD-LITEとV.I.の2人で披露。おなじみのコール&レスポンスタイムでは、左のD-LITEチームと右のV.I.チームに分かれての声出し合戦が繰り広げられた。



スーツに身を包んだG-DRAGONがピラミッド型の大きな椅子にもたれながら登場した。発せられる色香と品格は、どんなに激しいパフォーマンスを繰り広げても失われることはない。そして、ヒップホップチューン「CRAYON」が重厚感を増したアレンジに変更され、つねに新たな刺激を模索する彼ならではのこだわり、10周年の重みを感じさせた。

GD&T.O.Pが「HIGH HIGH」をステージで歌いながらセクウェイで暴れまわる。GD X TAEYANGは「GOOD BOY」で息の揃ったダンスを魅せ、異なるヒップホップサウンドで盛り上げ、T.O.Pにパトントッチにした。

俳優としても活躍し、BIGBANGとして日本のステージに立つのは久々だったT.O.P。蓄積されたエネルギーを一気に開放するかのよう、「DOOM DADA」で低音域のラップを轟かせ、息をつく間もなく超高速ラップが続く。それまで一瞬たりとも表情を変えず、一点を見つめていたT.O.Pからわずかな微笑みがこぼれると、火花が打ちあがり、「大阪」と叫びながらT.O.Pは姿を消した。

ソロステージのラストを飾ったのはSOL。流麗なピアノのイントロが場内に響き渡ると、スタンドマイクを手にしたSOLは、ソロ曲「EYES, NOSE, LIPS」を披露。スタンドに巻きつけたバンドナが動くたびに、荘厳な空気が広がる。「RINGA LINGA」では男女ダンサーとともにダイナミックなダンスで会場を魅了し、ソロステージは幕を閉じた。

気づくとスタジアム上空は夜空から夜空へと様変わりし、「If YOU」[HaruHaru - Japanese Version] 64曲のバラードを丁寧に歌い上げる。そして、5人は心地よいフェイクとアドリブを響かせ、パールのライトがスタジアムを幻想的な空間に染め上げた。5人それぞれが10年間の思いとファンへの感謝を口にする。最後に深々と頭を下げると、「最後まで全力で、うわあ！っ」といきましょー！と、再びギアを入れ替えて、5万5000人の大合唱がこだまする中「BANG BANG BANG」BIGBANGを不動の地位に追い上げた「FANTASTIC BABY」で最大の熱量を記録し、最新曲「SOBER」で本編は終了した。

ソロパートで使用したバンドナつきスタンドマイク。風でキレイになびき、壮大さを演出している。

SOL



G-DRAGON



11月からは4年連続のドームツアーが決定!!

アンコールでは「LAST FAREWELL」[SUNSET GLOW] [LIES] をソロで乗りながら歌い、ファンとの最後の「ミニセッション」を楽しんでいた。

終始汗だくになって、広い会場を駆け回ったメンバーは、10年間支えてくれたファンと喜びを分かち合いながらさらなる未来へ向けての決意を固めた。

自身が持つ連続ドームツアーの海外アーティスト記録を更新し、10年、20年と進んでいくことを5万5000人の前で誓った5人。10周年を締めくくる今秋のツアーがどんな風になるのか、BIGBANGの新たな歴史と旅立ちの瞬間を見届けたい。

[SET LIST]

- 01 MY HEAVEN
- 02 WE LIKE 2 PARTY
- 03 HANDS UP
- 04 BAD BOY
- 05 LOSER
- 06 ガラガラGO!!
- 07 LET'S TALK ABOUT LOVE + STRONG BABY / V.I
- 08 WINGS + ナルバキスン (Look at me, Gwisun) / D-LITE
- 09 じょいふる / D-LITE & V.I
- 10 HEARTBREAKER + CRAYON / G-DRAGON
- 11 HIGH HIGH / GD & T.O.P
- 12 GOOD BOY / GD & TAEYANG
- 13 DOOM DADA / T.O.P
- 14 EYES, NOSE, LIPS + ONLY LOOK AT ME + RINGA LINGA / SOL
- 15 IF YOU
- 16 HaruHaru - Japanese Version -
- 17 BANG BANG BANG
- 18 FANTASTIC BABY
- 19 SOBER

[ENCORE]

- 20 LAST FAREWELL + SUNSET GLOW + LIES
- 21 声をきかせて
- PERFORMER INTRODUCTION -
- 22 BAE BAE

BIG

INFORMATION

BIGBANG 10 THE CONCERT
GTO 10 IN JAPAN - BIGBANG 10
THE MOVIE BIGBANG MADE

10周年にふさわしい豪華DVD&BD!!

今回レポートした7月29~31日開催のデビュー10周年記念スタジアムライブ+全世界13カ国・地域32都市66公演行ったワールドツアー全340日間にあたるBIGBANG初のドキュメンタリー映画も収録した、超・豪華映像作品♥

2016.11.02 ON SALE

now
printing

<DVD>初回生産限定DELUXE EDITION (4DVD+2LIVE CD+PHOTO BOOK+スマブラムービー&ミュージック) ¥13,284 (税込) 通常(2DVD+スマブラムービー) ¥7,884 (税込) <Blu-ray> 初回生産限定DELUXE EDITION (3Blu-ray+2LIVE CD+PHOTO BOOK+スマブラムービー&ミュージック) ¥14,364 (税込) 通常 (2Blu-ray+スマブラムービー) ¥8,964 (税込) <http://ygex.jp/bigbang/>

T.O.P



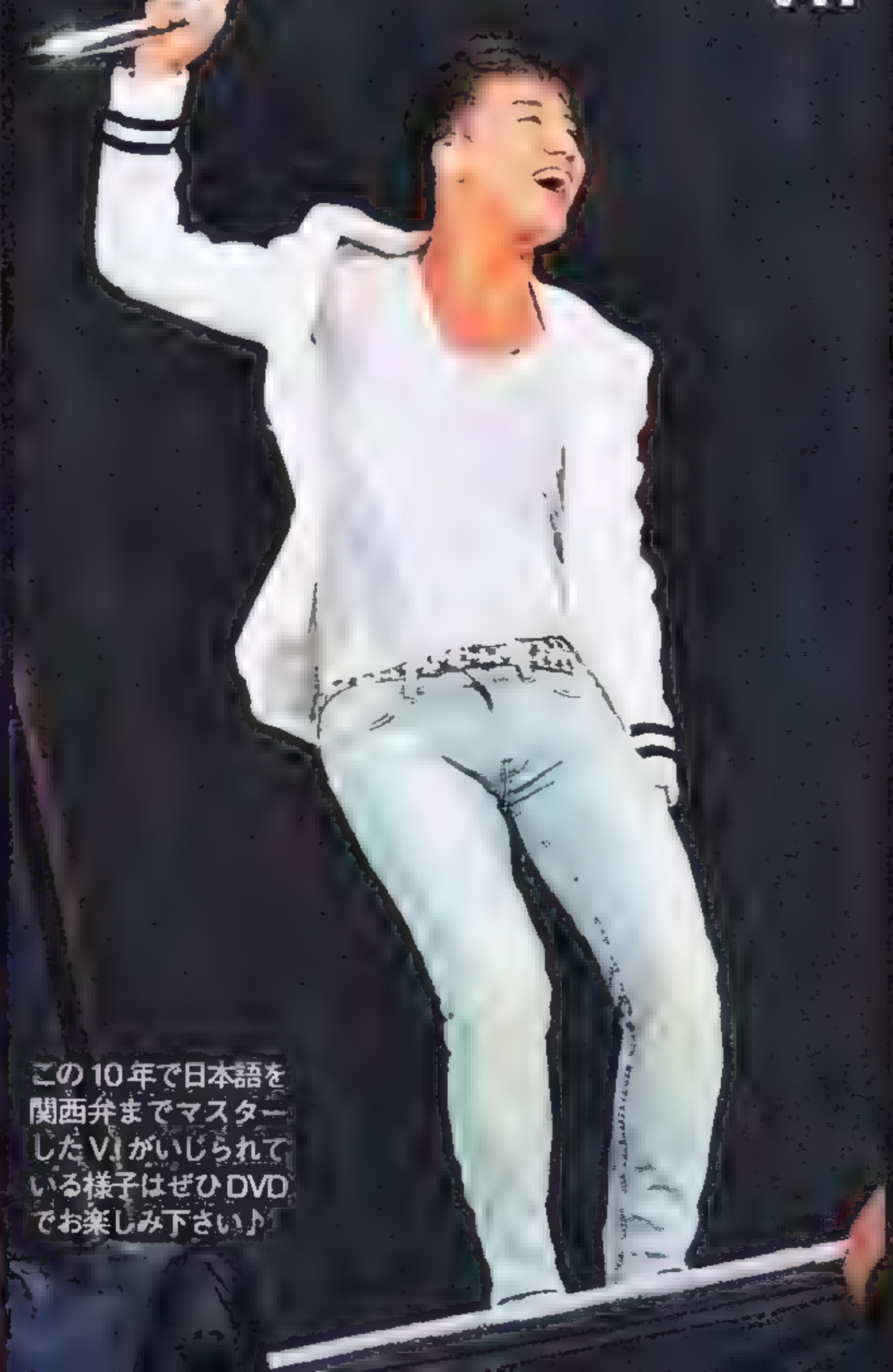
「心から愛しています。大阪、めっちゃ好きやねん!」と定番のキャンペ読みで愛嬌たっぷりのTOP。

D-LITE



紫のフリンジ衣装はソロパートのもの。たくましい胸筋に会場からは黄色い悲鳴が上がっていた。

V.I



この10年で日本語を関西弁までマスターしたV.Iがいじられている様子はぜひDVDでお楽しみ下さい!

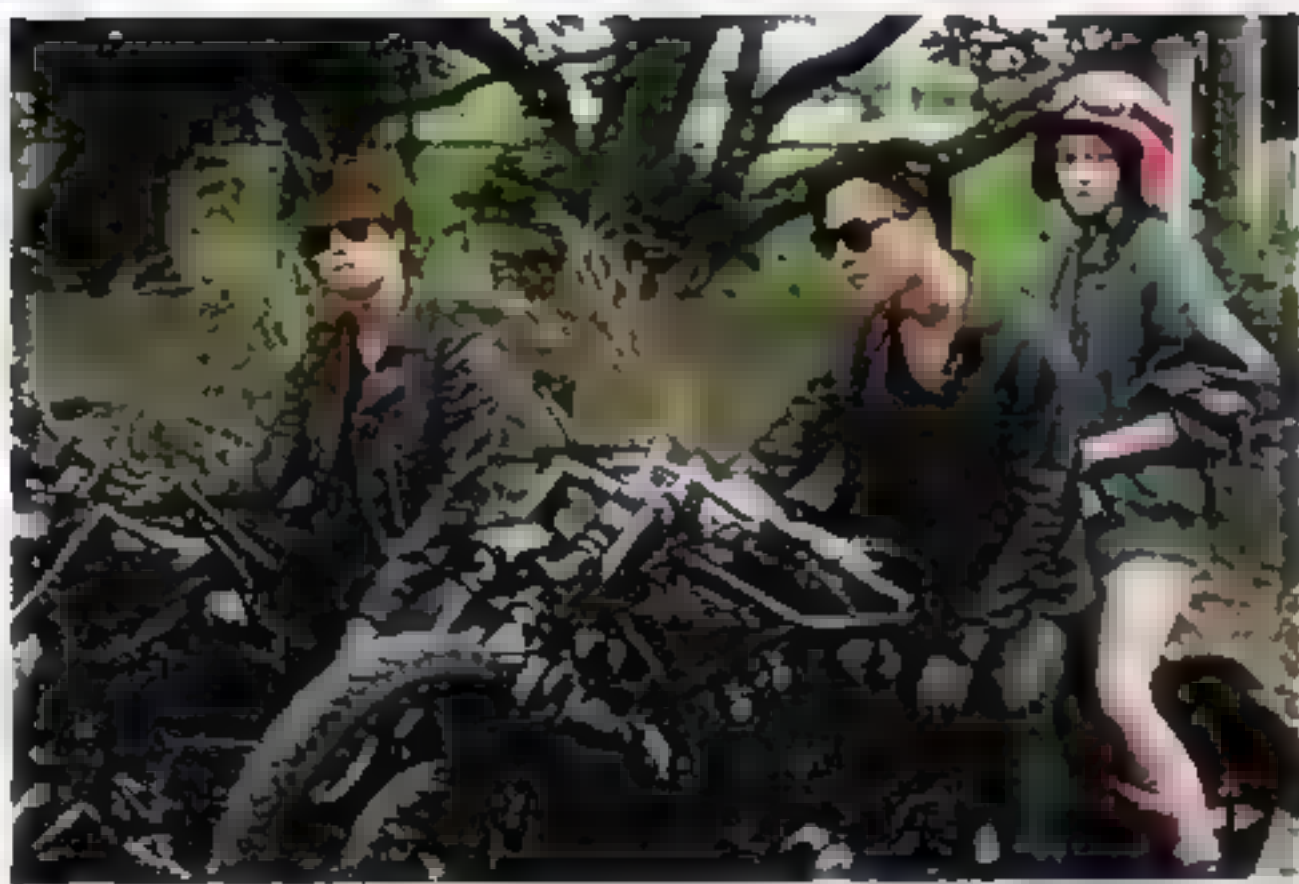


HIGH&LOW THE RED RAIN

©2016「HIGH&LOW」製作委員会



華麗なアクションと壮大な世界観の中、雨宮兄弟にスポットを当てた激しくも切ない感動作。謎に包まれた長男・尊龍も登場し、ついに最強の三兄弟が揃う!! 雅貴と広斗は尊龍のことを心から尊敬していたが、突然姿を消してしまう。兄の行方を探す手がかりが掴めないまま迎えた両親の命日。墓参りに行くと、そこには手がかりを持つ謎の少女がいた。なぜ尊龍は姿を消したのか? 尊龍の行方を追って次々と真実が紐解かれるとき、雨宮兄弟の過去に隠された秘密が明らかとなる。三兄弟がたどる運命とは――。●監督/山口雄大 ●出演/TAKAHIRO、登坂広臣、斎藤工ほか ●10/8(土)全国ロードショー



最新 若いコとの 会話にも困らない エンタメ Vol.13 Entame 虎の巻

闇金、パパラッチ、最凶のお隣さん。関わりたくないこわ〜い人たちが勢ぞろい!! でも映画やドラマなら楽しめるよね



SCOOP!

©2016映画「SCOOP!」製作委員会



噛み合わず喧嘩ばかりの落ちぶれパパラッチ・静&ド新人記者・野火の凸凹コンビが、まさかまさかの独占スクープを連発! そしてついに、日本中が注目する重大事件が発生する…。●監督・脚本/大根仁 ●原作映画/「盗写1/250秒」 ●出演/福山雅治ほか ●公開中



闇金ウシジマくん ザ・ファイナル

©2016真鍋昌平・小学館
映画「闇金ウシジマくん ザ・ファイナル」製作委員会



大人気「闇金ウシジマくん」も最終章に突入し、ウシジマを中心に金と暴力と友情の激しい応酬が繰り広げられる!! ウシジマの過去も明らかに。●監督/山口雅俊 ●原作/真鍋昌平「闇金ウシジマくん」 ●出演/山田孝之、綾野剛、永山絢斗ほか ●10/22(土)ロードショー



何者

2016映画「何者」製作委員会 2012 朝井リョウ 新潮社



「就活対策本部」を作り、定期的集まる5人。それぞれの思いが複雑に交錯する中、ついに1人目の内定者が現れ、秘められていた妬み・本音が露になっていく……。●監督・脚本/三浦大輔 ●原作/朝井リョウ「何者」 ●出演/佐藤健、有村架純ほか ●10/15(土)ロードショー



地味にスゴイ! 校閲ガール・河野悦子



河野悦子は、ファッション誌の編集者になるべく、出版社に入社。なのに配属されたのは、地味な校閲部!! ド派手な服で身を包み、仕事と本気で向き合うことで、その面白さを見だしていくお仕事ドラマ★ ●出演/石原さとみほか ●毎週水曜夜10時〜日本テレビで放送中



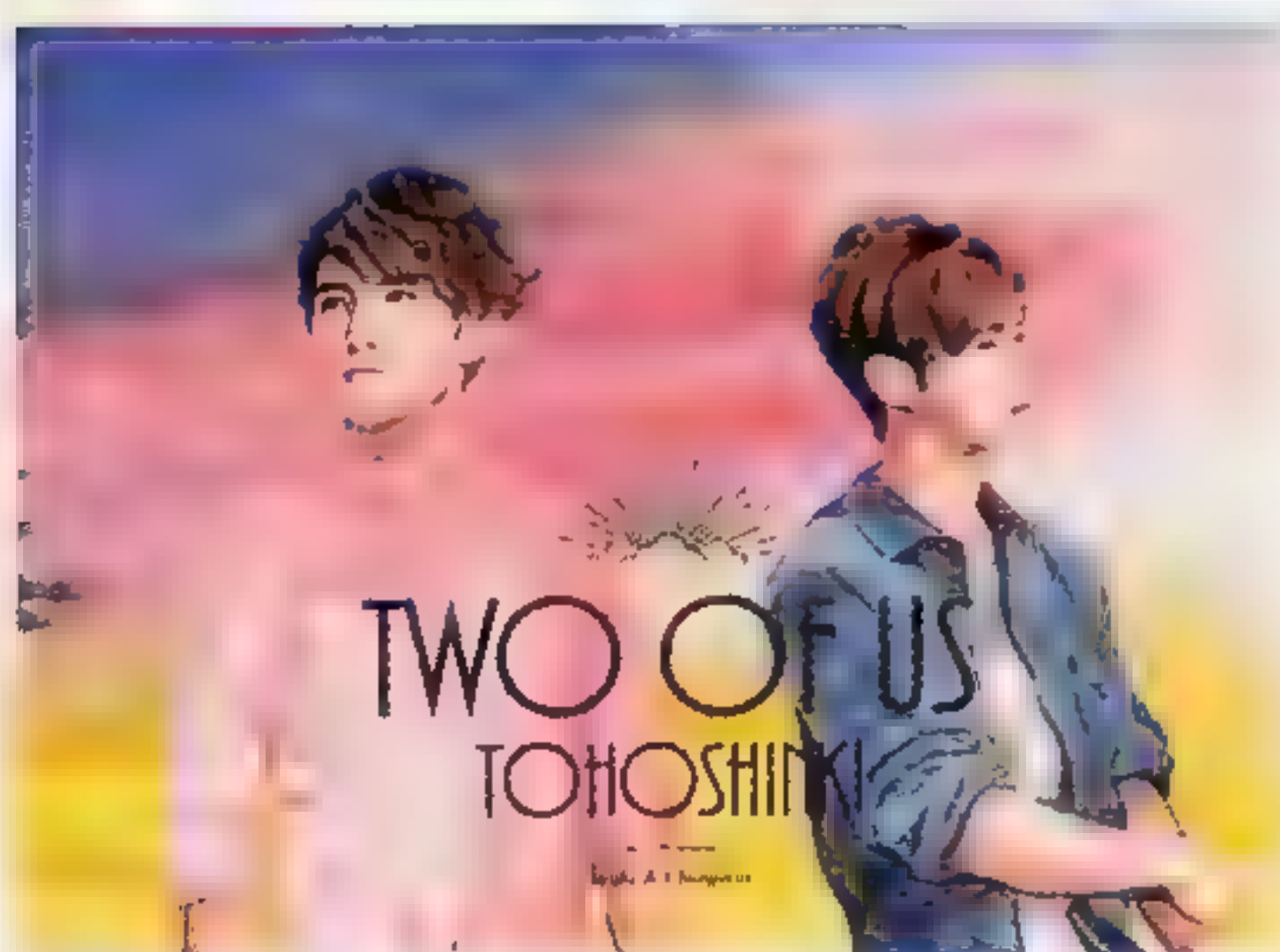
砂の塔〜知りすぎた隣人



平凡な主婦・高野亜紀はタワーマンションに引っ越してきた。しかし憧れの新生活は恐るべき隣人によって脅かされる。虚飾と嘘にまみれたタワマンで、亜紀は家族を守ることができるのか? ●出演/菅野美穂、岩田剛典、松嶋菜々子ほか ●10/14(金)夜10時〜TBSで放送開始



東方神起



「TWO OF US」は、サーフミュージック、ラバーズロックなど、あらゆるジャンルのアーティストたちとコラボした珠玉のリミックスアルバム♪ 聴き慣れた名曲たちも、きっと新鮮に感じるはず。●CD+ブックレット(初回デジバック仕様) ¥3,000(税込) ●発売中 ●avex trax



星野源



クラブ音が軽快なニューシングル「恋」。片思い、恋人、そして夫婦…形にとらわれず、“恋心”を歌い上げた一曲に。思わず踊りたくなるダンスナンバーだよ! ●CD+DVD、スリーブケース仕様 ¥1,800 CD ¥1,200(ともに税抜) ●発売中 ●SPEEDSTAR RECORDS



ドラマ24 勇者ヨシヒコと導かれし七人



勇者ヨシヒコが暗黒の神・デスタークとの壮絶な闘いに勝利し、世界を救ってから数百年。世界は再び暗黒の時代になっていた! 仏の力で蘇ったヨシヒコたちは、再び世界を救うことができるのか? ●出演/山田孝之、木南晴夏ほか ●毎週金曜0時12分〜テレビ東京系で放送中

あなたの性格

家族

友達

恋人

ライバル

気になるあの人はどんな人？

ズバリ的中！怖いほど当たります！

家庭で、職場で、学校で、飲み会で...

話のネタになって盛り上がる



シリーズ累計
**60万部
突破！**

**好きな人の性格、キャラは
誕生日で見抜ける！**

- *366日すべての日の基本的な性格、恋愛、人間関係、適職を紹介
- *周りの友達や恋人のこともまるわかり
- *その日に生まれた話題の芸能人、有名人も掲載！あの人の意外な素顔がわかる!?

**最新データを収録した
充実の「増補版」**

本書では太陽占星術に加え、心理学、数秘術、恒星占星術などの要素を総合的に分析。

366日すべての日の基本的な性格・適職・恋愛・人間関係、運命の人やソウルメイトなど、深い結びつきのある誕生日との相性占いも掲載。

増補版

誕生日大全

サッフィ・クロフォード+ジェラルディン・サリヴァン=著 判型:A5/832ページ 定価:本体2800円+税 978-4-07-417295-5



2016年 主婦の友社は創業100周年

主婦の友社

www.shufunotomo.co.jp

★書名コード (ISBN) を付記しました。ご注文などにご利用ください。



aneageha

読者参加型Instagram連動企画 第1弾レポート!!

Delyle NOIRのコーデ投稿

前号で募集した「Delyle NOIRの服を使ったコーデ」写真の投稿。たくさんのポスト&拡散ありがとうございました♡ オシャレに着こなしていた3名の投稿を発表! ぜひみんなのアカウントもチェックしてみてね!

Please Follow me & Let's join us!

まいたんさん



チェックのセットアップをそのまま着こなし。アクセ控えめでしっとり色っぽく着こなしてたよ♡ ストラップパンプスが上品でいい感じ。

RENAさん



プレーンなニットセットアップを、黒アイテムでカジュアルダウン。グレー・黒でまとめたツートンコーデが大人っぽくて素敵です♡

COCOさん



チェックセットアップのスカートを着回し。トレンドカラーのボルドーを上手に使って秋らしさも満点でした♡ 小物の使い方もオシャレ!

次号のお題は…

今年買った秋服を使った秋コーデ♡

あなたらしい秋服コーデの写真を大募集! 今回も参加してくれた人の中から3名様にプレゼントが当たるよ! 詳細をよく読んで投稿して♪

プレゼント

人気ブランドの
冬物アウター
3名様♡

プレゼントの内容は随時姉agehaのインスタにて告知していくよ! お楽しみに。
(どのアウターが当たるかは選べません)

投稿方法

姉agehaの公式アカウント「aneageha」をフォロー

#姉ageha11月号
とハッシュタグをつける

非公開アカウントの方は
公開に設定

※頭の先から靴までしっかり写っているほうが目立ち度アップ! 1人何回でも投稿できます。

応募条件

投稿締め切り
2016年
10月31日(月)23:59

投稿写真およびご自身のアカウントが次号姉agehaに載ってもOKな方

プレゼントが当選したら
それを使ったコーデ写真を
投稿してくれる方

オシャレだった人数十名をたっぷり掲載予定!

みなさんの参加お待ちしております♡

知らないよりも知っておいたらちょっとイイコトがあるかもしれません。

お姉さん新聞♡

何をするにもよい季節、秋が来ました♡ レトロなコスメを鑑賞し、横顔のいいバランスを勉強したら
自分の顔をキャンバスにして芸術の秋を満喫し、ジムで自分を磨いてサプライズパーティーに繰り出し、武勇伝を作りましょ♪

PHOTO_Nobuyuki Sasaki HAIR&MAKE_Yuko Nozaki STYLING_Mizuki Nakano MODEL_Yuuka Obara

Part
1

Part
2

Part
3

Part
4

Part
5

Part
6

ニットビスチェ¥4,900/DURAS ショートパン
ツ/スタイリスト私物

ジムで

最近筋活流行りだけど、実際みんなどんなことをやってる？

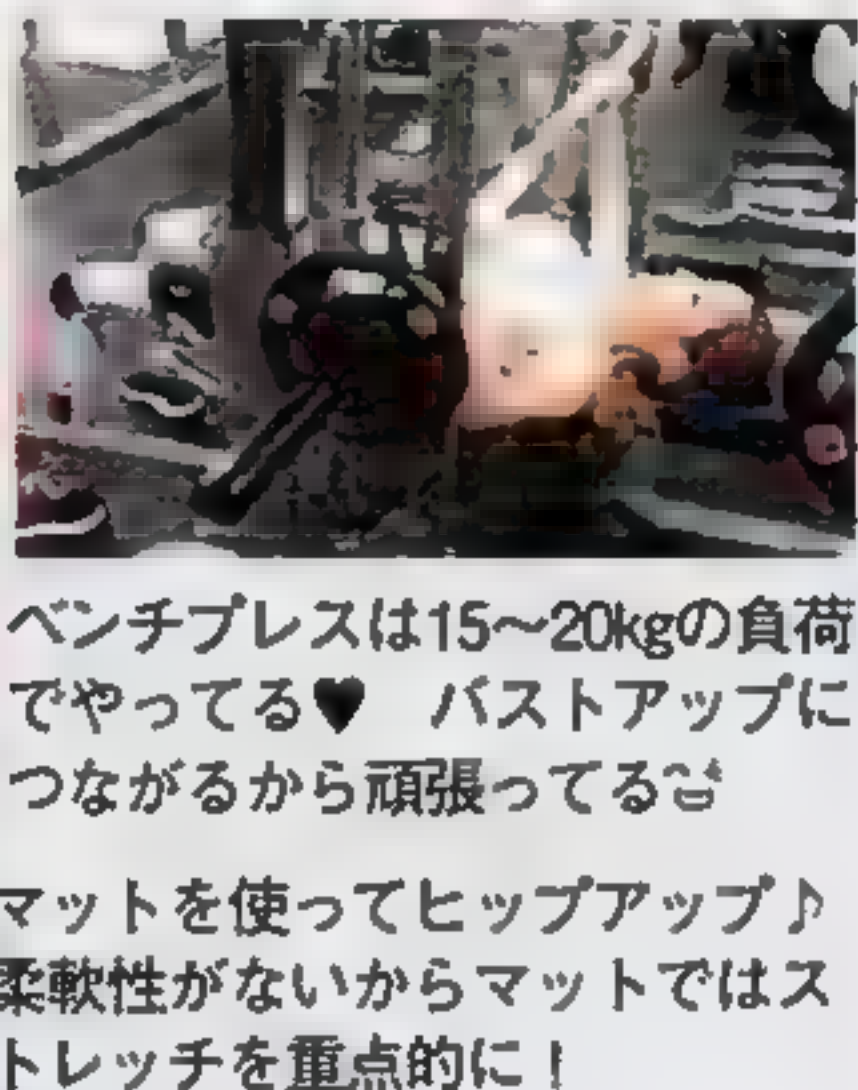
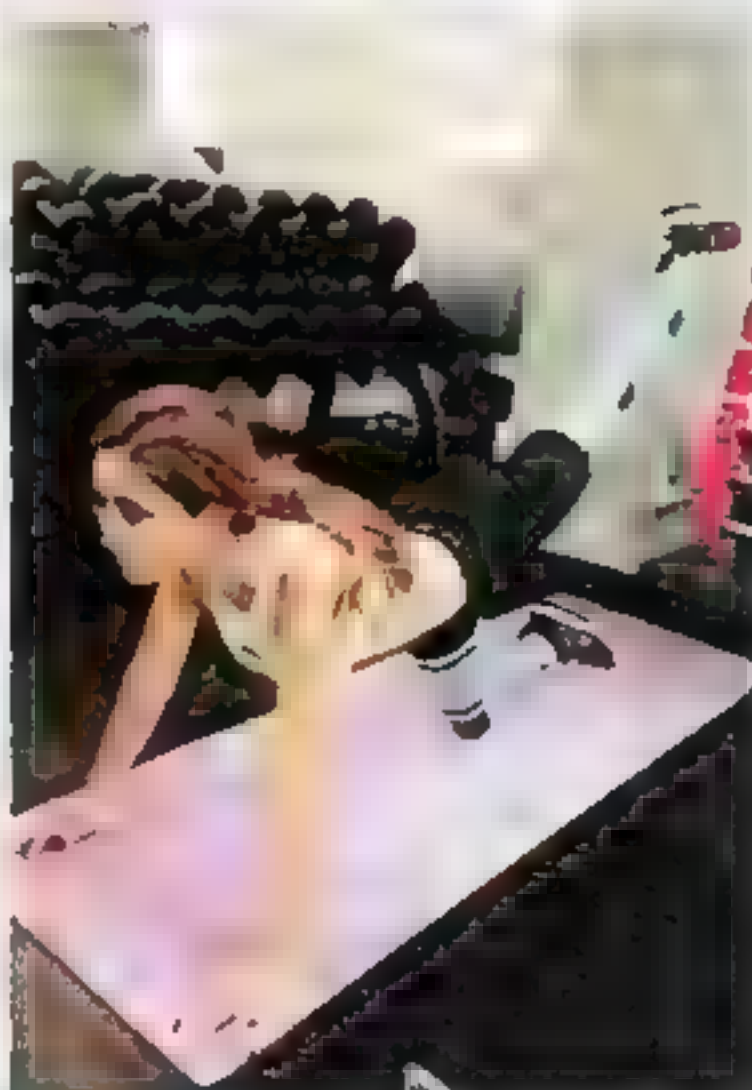
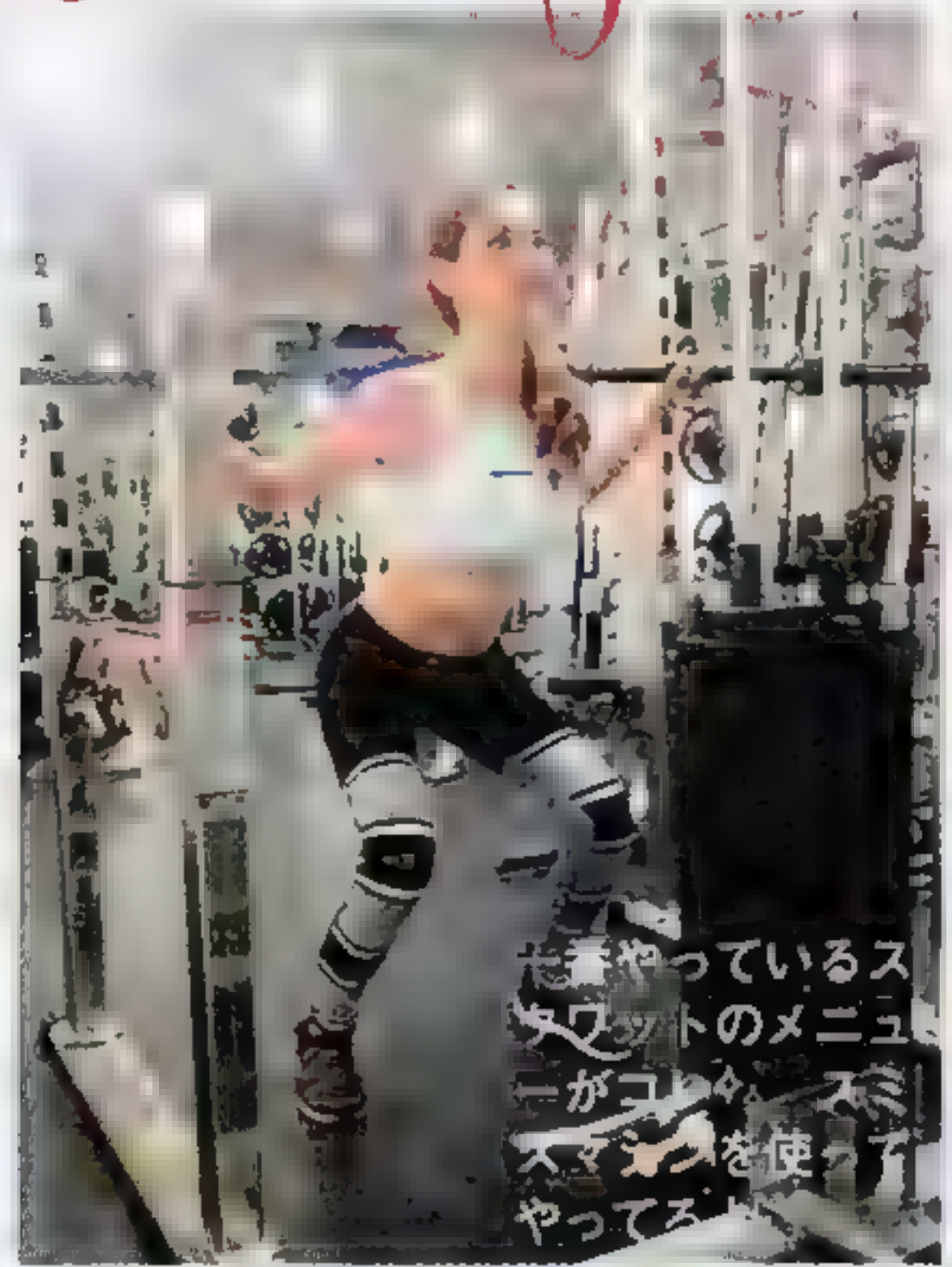
やってることリスト

Part.1
オシャレも
大事♡

「筋肉が美容にいい♡」ということで、最近のアラサー女子は筋活流行り♡ 大会出場に向けて肉体改造する人からシェイプアップ目的まで、日々重力に負けない体を作っている、お姉さんたちのリアルな筋活事情をご紹介します♡

PHOTO_Yoshinobu Bito
EDIT&TEXT_Chie

training



ベンチプレスは15~20kgの負荷でやってる♡ バストアップにつながるから頑張ってる♡
マットを使ってヒップアップ♪ 柔軟性がないからマットではストレッチを重点的に！

／筋活女子1人目／

優花は韓国大会へ向けて
トレーニング開始！
鍛えるようになって
性格が大らかに♡

もっと筋肉がついた体になりたい！と今年の5月からTriple Five Programのパーソナルに♡ そこでトレーナーさんに大会に誘われたのをきっかけに、本格的なトレーニングを開始。アドレナリンが出るせいか、帰りは気分がすっきり！遊びたい願望が減って、細かいことも気にならないし、ストレスも減って精神的にも健康になった♡



体は努力を裏切らない♡
健康な体は精神とリンクする♡

専属モデル(26歳/東京都)
独身子供なし
小原優花

出したいところを残して絞るとは徹底的に♡

専属モデル(33歳/東京都)
独身息子1人
早川沙世



Goodz

水分補給はココカラダのクエン酸。飲みやすいし、トレーニング中もがんばれる気がする♡

トレーニング後はBEYONDオリジナルのプロテインを♡ 糖質&脂質が少なめで美味しい♡

Fashion

ウェアもシューズもアディダスxステラ マットカートニーの新作で、トータル6万円ぐらい。大好きなボーダーを着てやる気注入♡

／筋活女子2人目／

沙世は産後から通い始めた
パーソナル♡
マズいと思ったら
短期集中で絞る！

子供を産んでからは自分の健康も大切になって、考えるようになって。体形を戻すなら、ちゃんと健康的に戻したくて、パーソナルに通い始めたよ♡ やり方は短期集中型。ちょっと体形が崩れてきたかな、と思ったら、予約を先に入れちゃって、お金も払っちゃおう♡ そうすれば、やり切らなきゃ、と思って目標途中で挫折しない！今は麻布のBEY ONDIに通って、絞ってる最中♡



Goodz

60kgのバーベルを持ち上げたりするから、手にマメができないようにグローブは必須！

トレーニング後、必ず30分以内にプロテインを飲む♡ 効率よく筋肉を育てるのに必要♡

training

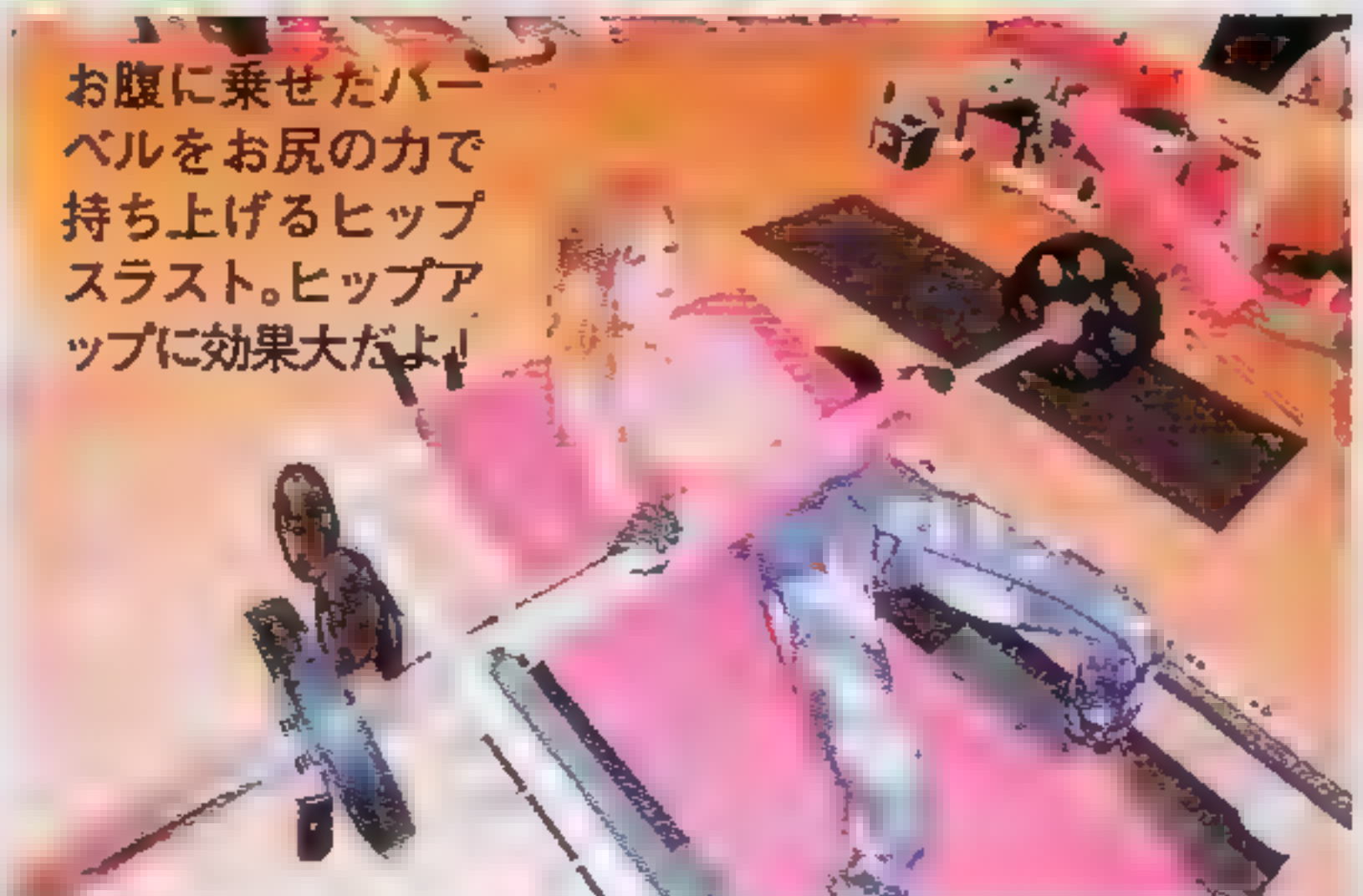


Fashion

セリアアップのウェアはセブ島のショッピングモールで購入♡ 愛用のシューズはテンションがアップするヴィヴィットなピンクに♡

スミスマシンというバーベルが固定されているマシンで、胸筋を鍛えてるところ♡

バーベルを持ち上げるデッドリフト♡ 背中や太ももの裏側の筋力がアップする！



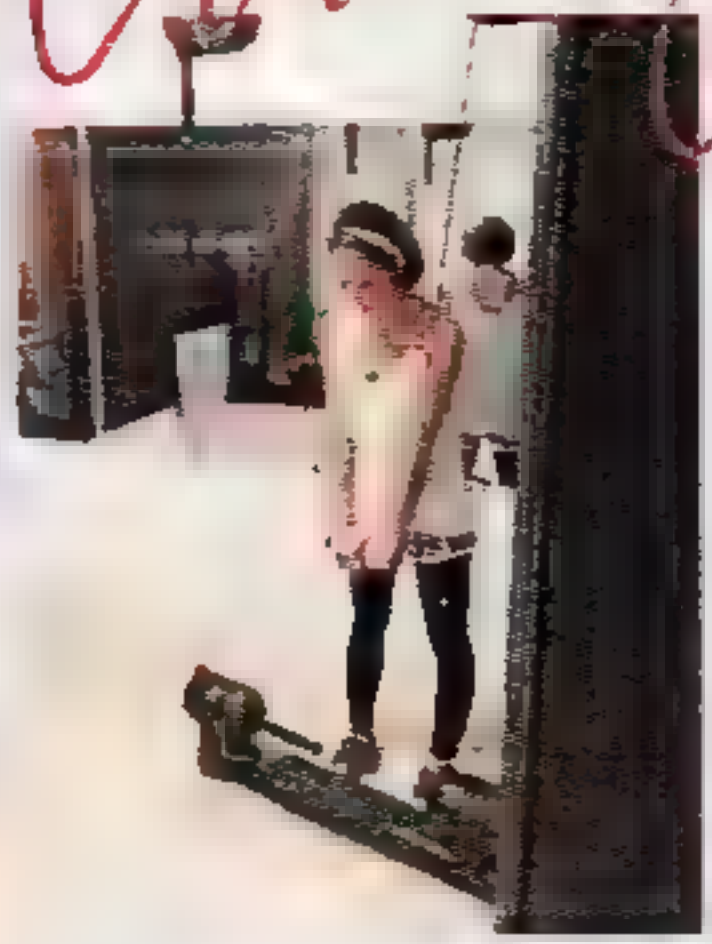
お腹に乗せたバーベルをお尻の力で持ち上げるヒップスラスト。ヒップアップに効果大だよ！



トレーナーさんに負荷をかけてもらって腹筋中♡ これが地味にキツイんです♡

Training

キネシスというマシンで二の腕を鍛え中♪他にもいろんなワークアウトをするよ



体幹を鍛えるマット上でのトレーニング♡ウエスト、二の腕、ヒップ全体を鍛える★



最初に肩甲骨をギュッと寄せて、鎖骨・胸のリンパを伸ばして老廃物を流れやすくする♡

Fashion

タンクはH&M、ブラ&ショーツはFOREVER21で♡ウエアを楽しむのも長続きのコツ!

髪をまとめるヘアバンドは必須♡FOREVER21でウエアに合う色をチョイスしてる♡

Goods

100均のドリンクボトルがかわいいで愛用♪ジムのオリジナルスミューズを入ってる♡



筋活女子4人目

愛美は30歳を機にパーソナルへ♡

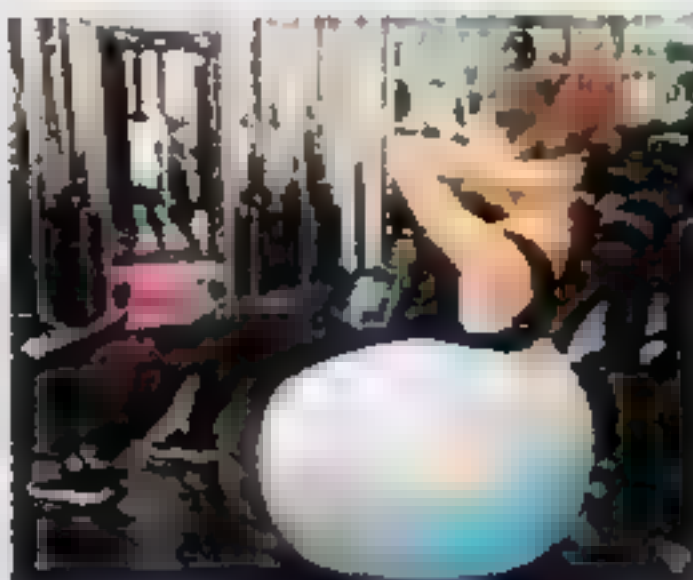
目標は3~4kgのダウンとそこからのキープ!

アラサーになるとダイエットをしても昔のように落ちないし、同じやり方をしてもダメなんだなあ、とは感じていて、今年の4月についに30歳になったのを期に、週1ペースでModelsというジムのパーソナルに通い始めました♡あと3~4kg落として、太りにくい体質の理想のボディを35歳までに完成させたい!

筋活女子3人目
りえは10kg太って一念発起♡

アラサーは質相にならないようやせすぎに注意!

1年前ぐらい前は-10kgで「病気?」って心配されるほどゲッソリに。それで節制をやめたら太り過ぎちゃって♡30歳過ぎたら筋肉つけて絞るのが一番なんだと実感!今は週2回のパーソナルに通っていて、2~3カ月で絞って、サイズダウンするのが目標♡



バランスボールを使って腹筋を強化♡インナーマッスルを鍛えられる♡

一番キツいのが、スミスマシンを使ったこのヒップアップ!お尻がプルプルしてくる♡



マットを使って下半身の筋トレも!最初はトイレに行けないほどの筋肉痛になった♡



Goods

ジムに行くときに愛用しているパーカー&スウェット。荷物はほとんど持たずに行く!

Fashion

ウエア&シューズはアディダス×ステラマッカートニー♡。スバツの柄がかわいい♡。シューズは沙世ちゃんとお揃いで買ったよ♡

ちよつとキツいほうが好き♡

広島看護学生(31歳/広島県) 独身・子供なし 青木りえさん

筋活女子6人目

全国大会へ向け、本格トレーニング中♡やるからにはきちんと結果を残したい!

2月からチャレンジしているベストボディ・ジャパンへの道!岐阜大会で3位に入賞して、12月の全国大会へ向けて、今も筋肉痛の日々♡軽いダイエットのつもりで始めたことが、こんなに長く続くとは思わなかった♡とにかく今はやりきることを目標にしている★

Goods



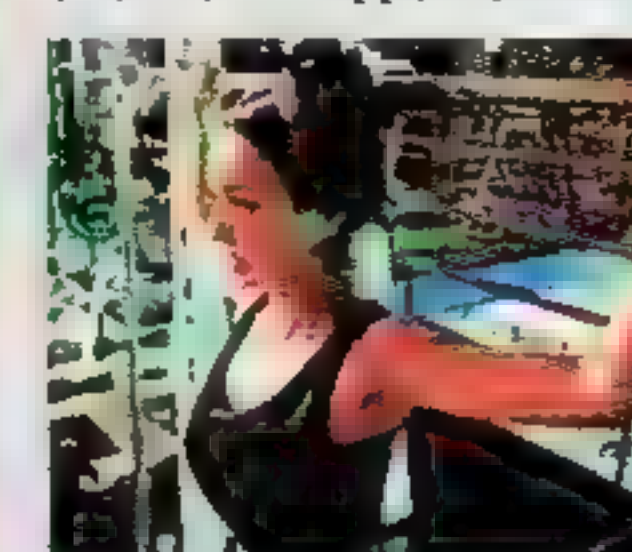
マックスロードのホエイプロテインは、ゆんころさんにすすめられて飲み始めた♡

MTGのカッサアップはトレーニング後に10分使用♡。お尻と脚の疲労をできるだけ軽減!



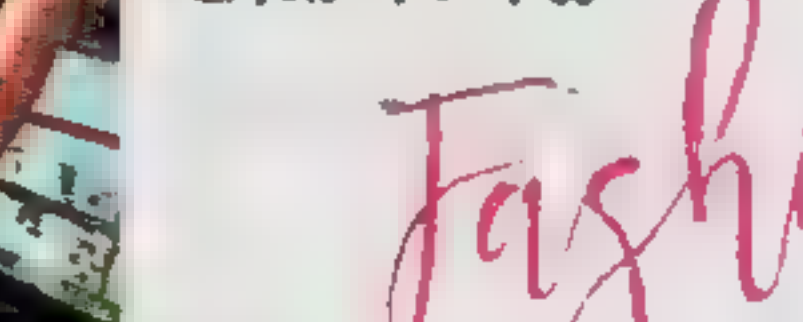
mistyレジェンドケアスプレー(右)とサポーターイズム 全身うるおい保湿液II(左)は必須。

スミスマシンのバーを持ち上げて背中筋を鍛える♡全身鍛えてバランスのいい体に!



チェストプレスマシンで大胸筋を鍛えているところ★バストアップにつながる!

レッグプレスというマシンで脚を鍛えてる♡30回1セットだけど、これがキツイ♡



Fashion

お気に入りのウエアはナイキの黒♡スニーカーはシャネルでモチベーション上げて♡



まつ毛専門店クラシアン代表(34歳/愛知県) 独身・子供なし 伊吹奈々さん

Training



ダンス前にはストレッチ。ボディジャムというヒップホップ系のダンスをやってる♡テンポがよくって楽しい♡

Goods

置いてあるシャンプーは香りが好きじゃないから、イズムのシャンプーを持参してる♡



最初はエアロバイクの有酸素運動を20分★テレビを見ながらひたすら漕いでる♡

Fashion

ウエアはこのままプールに入れちゃうフィットネス水着♡。シューズはリーボック★

シャワー後の整肌は、オールインワンタイプのスキンチャージPWエッセンス1本で♡

筋活女子5人目

絵里奈はダンスが好きで通い始めたフィットネス。今は1日中歩きまわっても疲れない♡

30歳になってから疲れやすくて、大好きな旅行も楽しみ切れてない感じ...♡そこで2カ月前からコナミのフィットネスで体力づくりしてます♡。フィットネスにした理由は、大好きなダンスもできて楽しいから♡。今は週1で自転車20分→ダンス60分→プール2kmというコースをこなしてる♡。だいぶ体力ついたよ!

イベントコンパニオン(31歳/東京都) 独身・子供なし 奥山絵里奈さん

人生初のフィットネス♪肌もきれいになった♡

おばあちゃんも知ってるレトロコスメは今でもみんなに愛されていた♡

コスメの歴史博物館

Part.2
52~131歳
まで現役
バリバリ!

ここ最近、見た目もかわいくておばあちゃんの時代から“実力派!”と再注目されてるレトロコスメ♡ 意外と知らない&今すぐ友達に話したくなるコスメの歴史トリビアをお勉強しちゃいましょう♪ 実際にみんなが試したレポートつきなので購入の参考にしてね★

PHOTO_Nobuyuki Sasaki EDIT&TEXT_Mai Komuro



Eudermine

←ギリシャ語で
“良い肌”という
意味の化粧水
は、なんと現在
119歳!! オイデ
ルミンG(L)
¥8,000/資生堂

→日本初クリー
ム状洗顔料を発売。今はライン
ナップ数15種類
♪ ロゼット洗
顔バスタ 普通肌
¥650/ロゼット

↓戦後、“奥様たちのお化粧法
を一変”というキャッチコピー
が話題になった♪ マダムジ
ュジュ ¥700/ジュジュ化粧品



Rosette



Eudermine
de Luxe



←当時の最高級化粧品ブランド“ドルックス”が今はプチプラ♪。オールドルックス
(ノーマル)N ¥600/資生堂

→江戸時代初期から人々に愛
されてきた“ヘチマ水”が化粧
水の由来♪ ヘチマコロンの
化粧水 ¥900/ヘチマコロン



Hechima
Cologne

↓厳選された椿の種を生搾り製法で精製。純度100%の
黄金色が特徴的♡ 黒ばら純椿油 ¥1,180/黒ばら本舗



Tsubaki Oil



Riganzai

←明治18年の発売以来にきびに悩む中高生の味方♪に
きびを防ぐ 明色美顔水 薬用化粧水 ¥700/明色化粧品



↓昭和10年発売。女性ホルモンの着目した大ヒットクリーム
♪ クラブ ホルモンクリーム ¥600/クラブコスメチックス



Hormone
Cream

Renge



↑田園調布や自由が丘などのセレブから火がついた美肌化
粧水の元祖♪。れんげ化粧水 ¥970(税込)/れんげ研究所

Lemon
Astringent

↑この明色シリーズ総出荷数5億本突破の実力派だよ
♪。明色レモンアストリンゼン ¥700/明色化粧品

マダムジュジュ

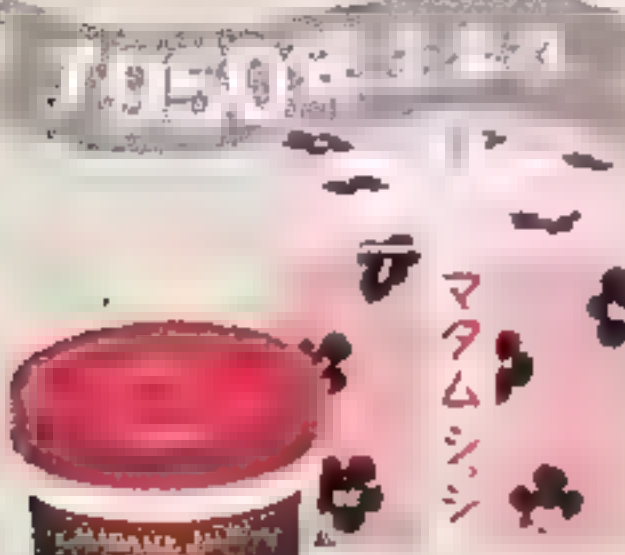


中身はこう

皮膚の上で透明になる
パニシングクリーム

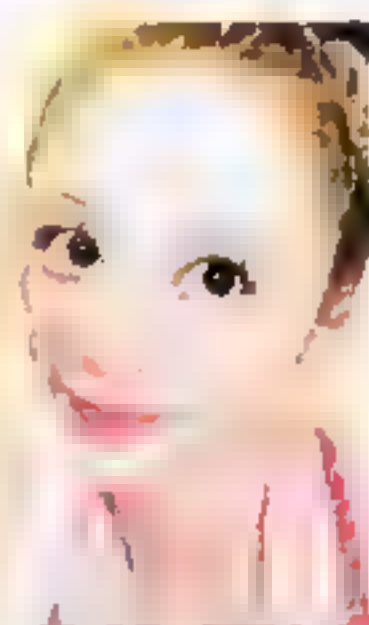
ブームの“これだけ塗り”クリーム

卵黄に含まれる天然補油成分・卵黄リポイドを配合。高級脂肪酸のステアリン酸が主成分になっていて、たっぷり塗って一晩パックすると翌朝にはモチモチの肌ができあがる仕組み。



66年間ほぼ同じ製法＆パッケージ。製造後21日間熟成させるとパールのような光沢感に。

咲が使ってみたよ！



しっかり保湿してから使うのがオススメ。水分を逃がさないように閉じ込めてあげると、翌日お肌がプリプリになった。(真優川 咲さん)

ホルモンクリーム



中身はこう

サラッとした弱
油性保湿クリ
ームだよ。

女子の肌の強い味方

女性ホルモンに似た働きをする、エチニルエストラジオールという保湿成分を配合してるのが長年愛される秘訣。肌荒れ防止成分入り。



愛用者たちがこぞって「お母さんの香りがする」とクチコミ。見た目はほぼ発売時のまま。

あいが使ってみたよ！



伸びが良くて、パール大よりもっと少量で大丈夫。にきびが出たり肌が荒れやすい生理前に使ったら、メイクのノリが違った。(大城あいさん)

ロゼット 洗顔パスタ



中身はこう

中ふたの周りを押すと
中央からクリームが。

クリーム状洗顔のパイオニア

肌荒れ用やさっぱり仕上げ、エイジングケアやメイクが落とせるタイプなど、用途に合わせて選べる。キメ細かなパウダーを練りこんだ洗顔料だよ。モコモコの泡立ちが大人の肌悩みに。



時は大正、固形石鹸洗顔に革命を起こした洗顔パスタ。1951年に現在の商品名に。

まなかが使ってみたよ！



泡がしっかりして、水で洗い流す時の泡切れが早くてビックリした！おばあちゃんとかお母さんっぽい懐かしい香り。(まなかさん)

ヘチマコロン

Hechima
Cologne



ヘチマコロン

“美人水”と呼ばれた ヘチマパワーを採用!!

天然ヘチマ水の持つ含有成分が、肌に潤いをプラスする弱酸性の化粧水。オススメのつけ方は、コットンに化粧水をたっぷり含ませて洗顔後の肌にパッティング。ボディにも使えるよ。

1915年生まれ

商品発売後、“ヘチマコロンタクシー”を走らせるなど当時としては最新の宣伝展開が話題に。



沙世が使ってみたよ！



ヘチマの爽やかな香りとロゴのカタカナが気に入った。最初はサッパリなのに、手でしっかりプレスすると浸透してモチモチ肌に。(早川沙世)

オールドルックス



1932年生まれ

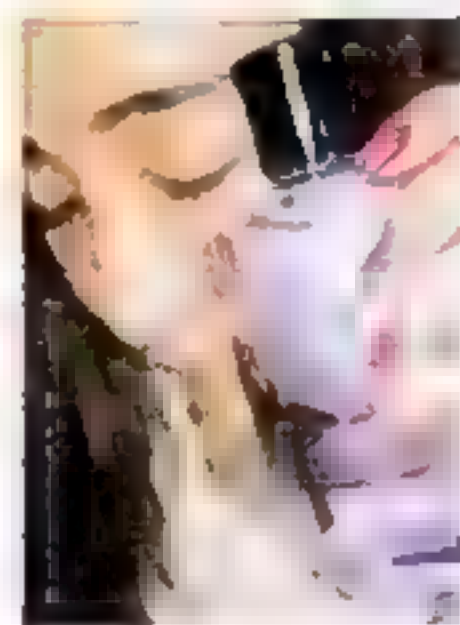
ジャスミンの香り、ワランク上の化粧水として人気に。1952年にオールドルックスが誕生。

提供：資生堂企業資料館

プチプラコスメとして ブーム再到来!!

戦前に生まれ、最高峰といわれたドルックスシリーズ。保湿成分や肌の引き締め効果、日焼け後に使いたい収れんタイプなど全5種。ロココ調のキュートなボトルで1,000円以下とお手頃。

りえが使ってみたよ！



ジャスミンがうっすら香って丁度いい。使い心地は水みたいにサラッとして、ハンドプレスしたあと肌がもちりした。(青木りえさん)

美顔水



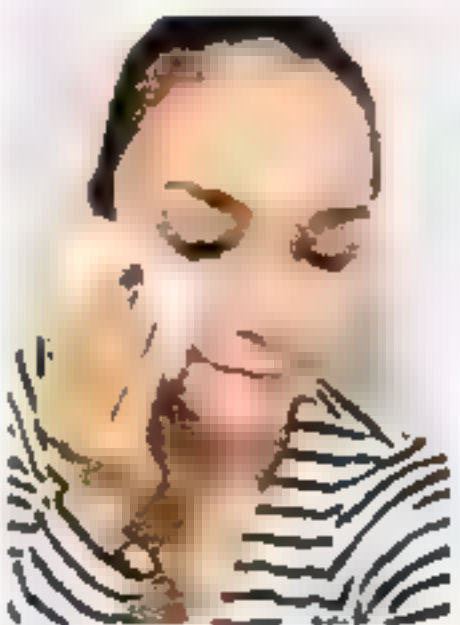
1885年生まれ

にきびに悩む妻のために、と創業者が開発したというラプストリーのある化粧水。

130年以上もアクネ菌 と戦い続ける化粧水

アクネ菌を殺菌して過剰な皮脂をコントロールしてくれるから、にきびが気になる時や汗ばんだ肌などに、パッティングしながら使うのがオススメ。殺菌効果抜群の男性用もあるよ。

MERIが使ってみたよ！



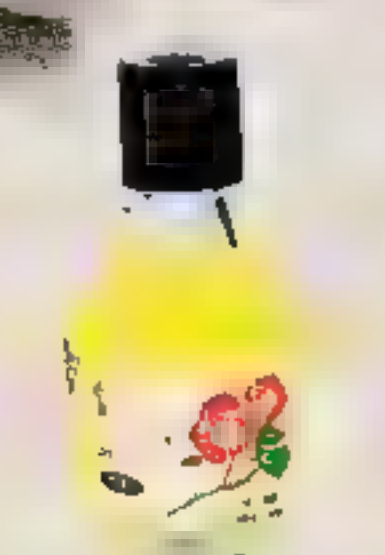
コットンに多めに浸して使ったよ。肌につけた瞬間からサラッとする。お風呂上がりや夏に使うとサッパリするかも。(MERIさん)

黒ばら純椿油

日本人の髪質を 考えたヘアオイル

香料や化学色素を一切使用せず、無添加にこだわった椿油。ヘアトリートメントやシャンプー後のオイルリンスとして使ってね。また、頭皮用マッサージオイルとしても実力発揮。

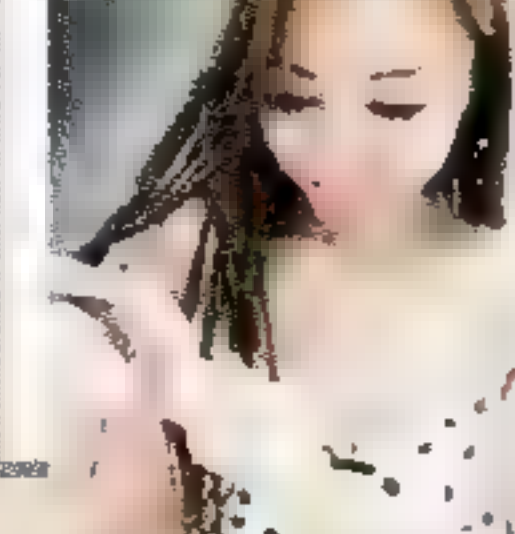
1923年生まれ



当初は長崎県五島列島の特産品＆唯一のヘア化粧用品として登場。発売時の価格は150円!!



RIRIが使ってみたよ！

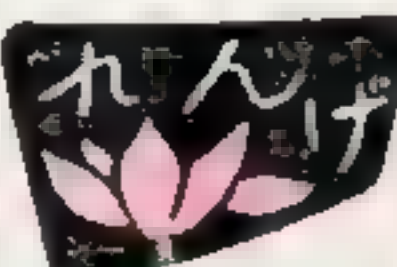


ちょっと少ないかもって感じるくらいでOK。毛先を中心に伸ばしてあげてから乾かすとすごいサラサラになった。(RIRIさん)

れんげ化粧水

レモンの天然ビタミン Cパワーが肌を活性化

温暖な気候で育ったレモンを使用した化粧水。クエン酸、ビタミンC、ペクチンなどの成分が肌のターンオーバーを促進、潤いを与えてくれる。天然レモン果汁の香りに癒されて。



1924年生まれ

当初は近所の人が多かった。ので瓶で販売。輸送中のことを考え、今のプラスチックボトルに。



祐香が使ってみたよ！

蓋を開けたらレモンの香りがいっぱいビクビクした。最初は少しピリッとするけどすぐに肌がモチリした。(水野祐香さん)

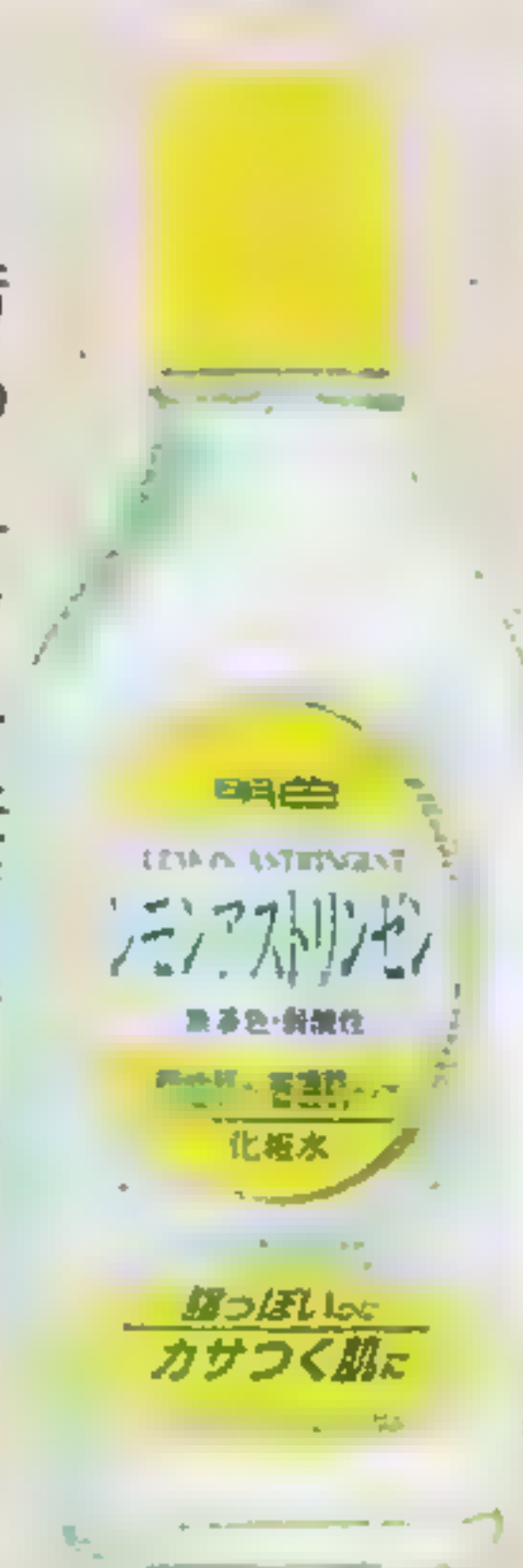
レモンアストリンゼン

家族で使える さっぱり化粧水

気になるベタつきや皮脂汚れを抑えて、弱酸性仕様の化粧水が肌をサラッと整えてくれる。洗顔後、コットンや手でパッティングしながらなじませて。レモンの香りが特徴。

1964年生まれ

収れん化粧品という意味の“アストリンゼン”。戦後、皮脂の分泌を抑えるとブームに。



けいこが使ってみたよ！



サッパリタイプで程よく潤うから、デイリー使いするのに丁度いい感じ。ほんのり香るレモンがリフレッシュになったよ。(けいこ)

オイデルミン

“美”を追求する 資生堂初の化粧水

保水性が高いのにベタつかない保湿成分を配合。西洋シャクヤクの香りが人気で、肌のキメと透明感を整えてくれる。ガラス製のボトルは使い終わったら一輪挿しにするのが通。

1897年生まれ

1872年に日本初の西洋風調剤薬局として誕生した資生堂初の、科学的知見に基づいた化粧水。



提供：資生堂企業資料館

美咲が使ってみたよ！



最初見たときボトルがすごいオシャレって思った。肌になじませた瞬間から浸透してくのがわかるくらい、肌が潤った。(美咲さん)

落書き？ いたずら？ ハロウィーン？ …これは化粧です♡

お絵かきメイク

Part.3
写メを
撮りたい
面白さ♪

骨格コンプレックスをやっつけてくれる上にSNSウケ間違いなし♡ 顔全体をキャンバスにした、海外発の面白メイク方法がジワジワとブームに♡ コツさえ覚えればたった5分でベースメイク&チークまで完成しちゃう。話題の“コントゥアリングメイク”のプロセスをご紹介♪

PHOTO_Satoshi Ohmura HAIR&MAKE_Yuko Nozaki EDIT&TEXT_Mai Komuro

BEFORE



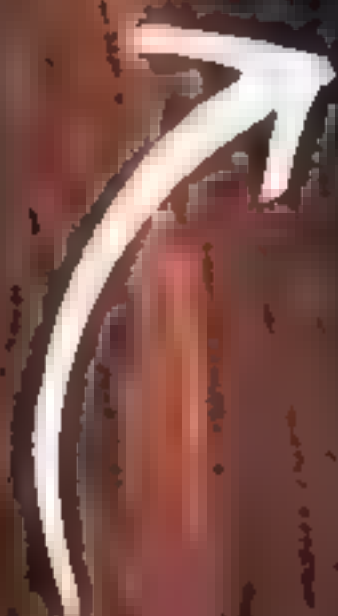
AFTER



Rakugaki



Pierrot



Perfect
Cheek



Natural
Highlight



ITEMS

H



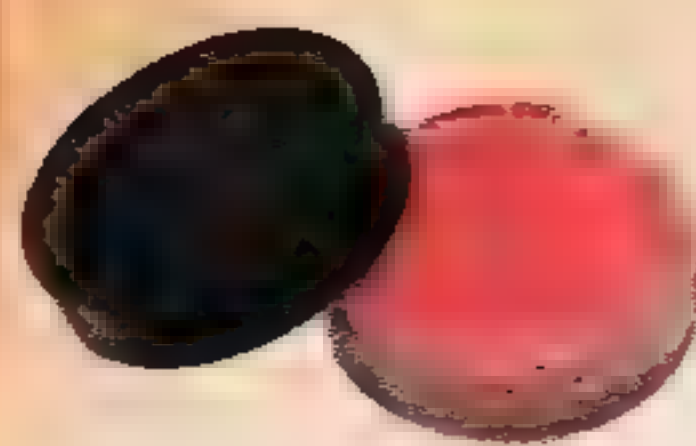
G



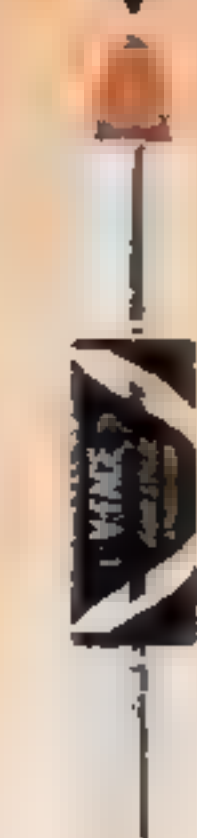
F



E



D



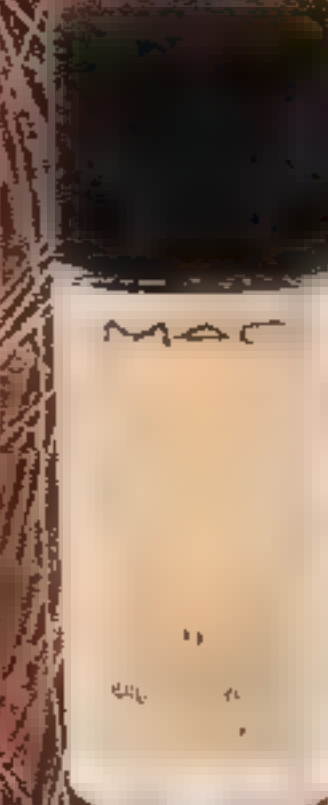
C



B



A



フェイスステューディオ
Vフェイスデュオステ
イック02 ¥1,600
イペリン ニューヨーク

フェイスステューディオ
Vフェイスデュオステ
イック01 ¥1,600
イペリン ニューヨーク

フェイスステューディオ
Vフェイスデュオステ
イック01 ¥1,600
イペリン ニューヨーク

目の下やチークは練り
タイプで♡ ポピイブ
ラウン ボット ルージュ
は カリブソコラル。

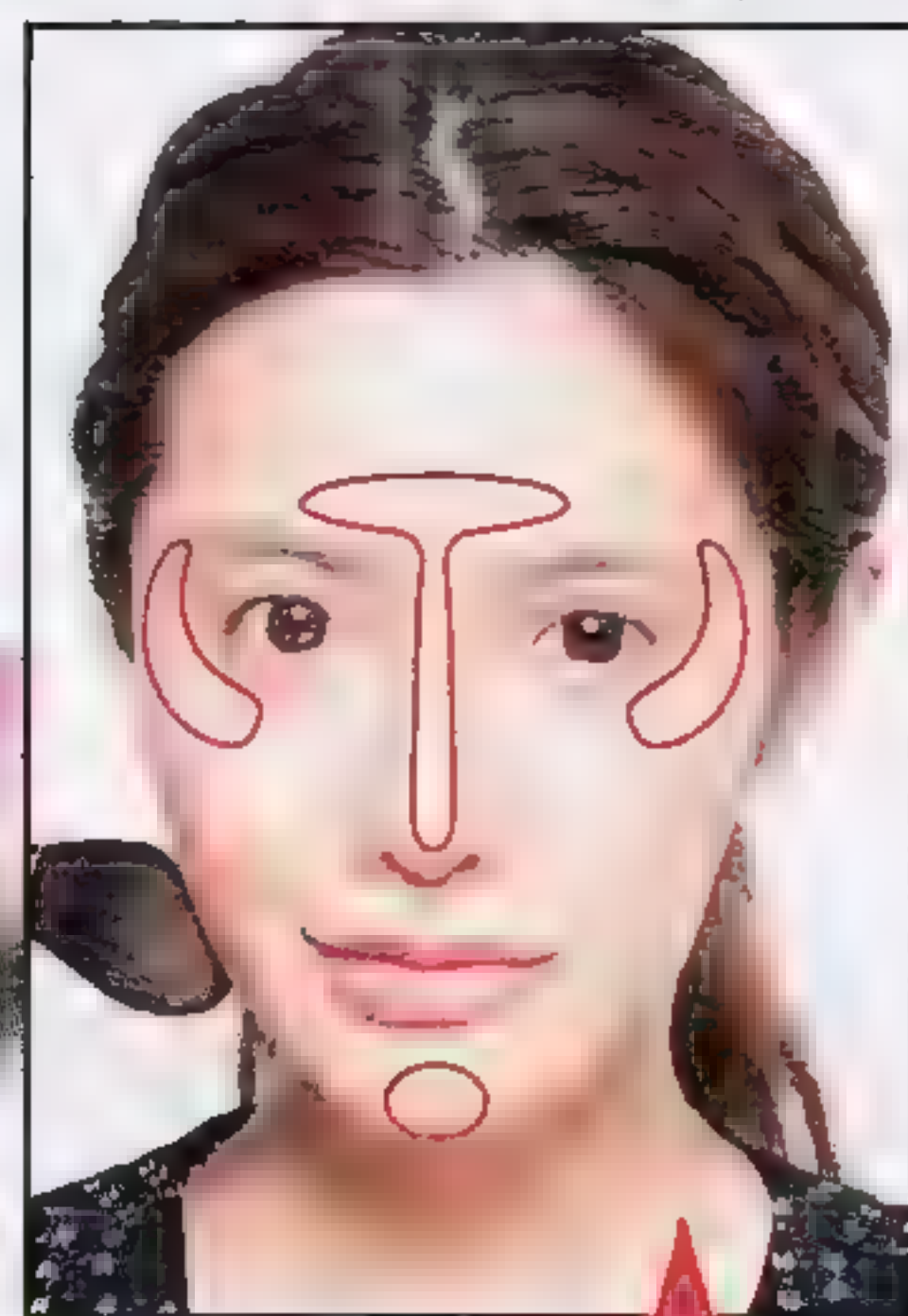
フェイスステューディオ
Vフェイスデュオステ
イック01 ¥1,400
イペリン ニューヨーク

フェイスステューディオ
Vフェイスデュオステ
イック02 ¥1,400
イペリン ニューヨーク

フェイスステューディオ
Vフェイスデュオステ
イック02 ¥1,400
イペリン ニューヨーク

フェイスステューディオ
Vフェイスデュオステ
イック02 ¥1,400
イペリン ニューヨーク

⑩ ハイ&ローを仕上げる



Gの明るい色をハイライトに、暗い色をシェーディング部分に重ねて肌の質感を整えるよ

⑨ シェーディングをボカす



下から上へリフトアップするように軽くのばしていく。ノーズは軽くはたき込むように

⑧ Fのお尻はチーク用



後ろの平らなところでチークをなじませて軽く叩くようにして、こすらないのがコツ

⑦ 明るい色からなじませる



Fの上側でハイライト部分を叩き込む。最後に目の下の赤いところは優しくトントンして

⑪ Hのチークをひと筆



リキッド系コスメのオンパレードだから、ベタつきが気になるなら顔全体にパウダーをオン

POINT

GOAL

コントウアリング
メイク
とは!?

contouring makeup

“コントウアリング”とはハイライトとシェーディングを駆使したベースメイクのこと。超人気セレブ、キム・カードシアンがその画像や動画をアップしたことでブームに。最初は「え、大丈夫?」ってなるくらい大胆に塗りたくっていくけど、それが面白くて病みつきに

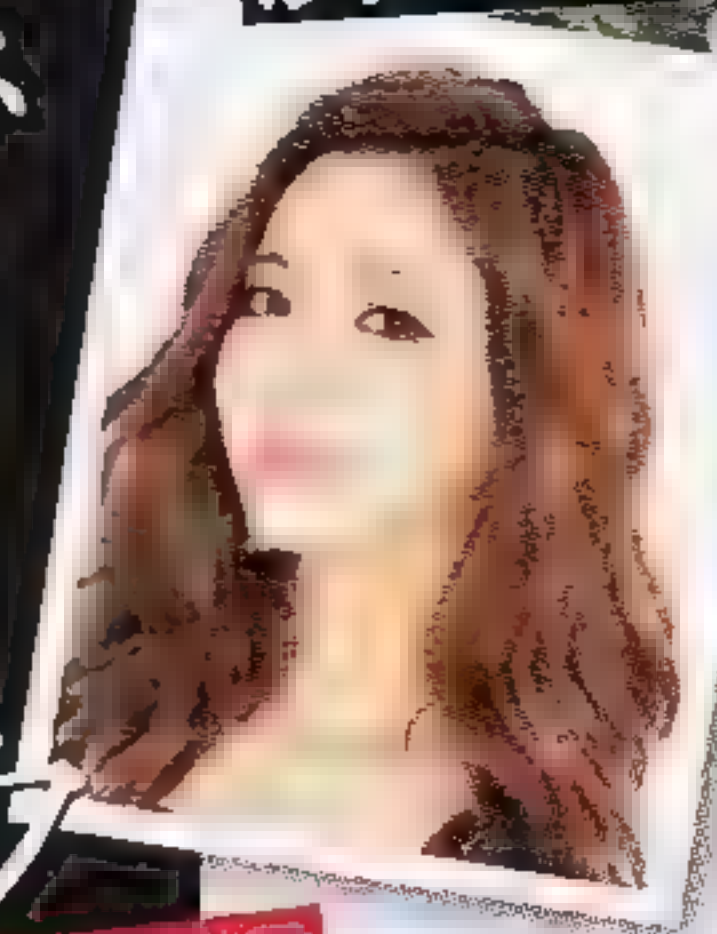
沙世が挑戦!

たった5分で
完成する
お絵かきメイク

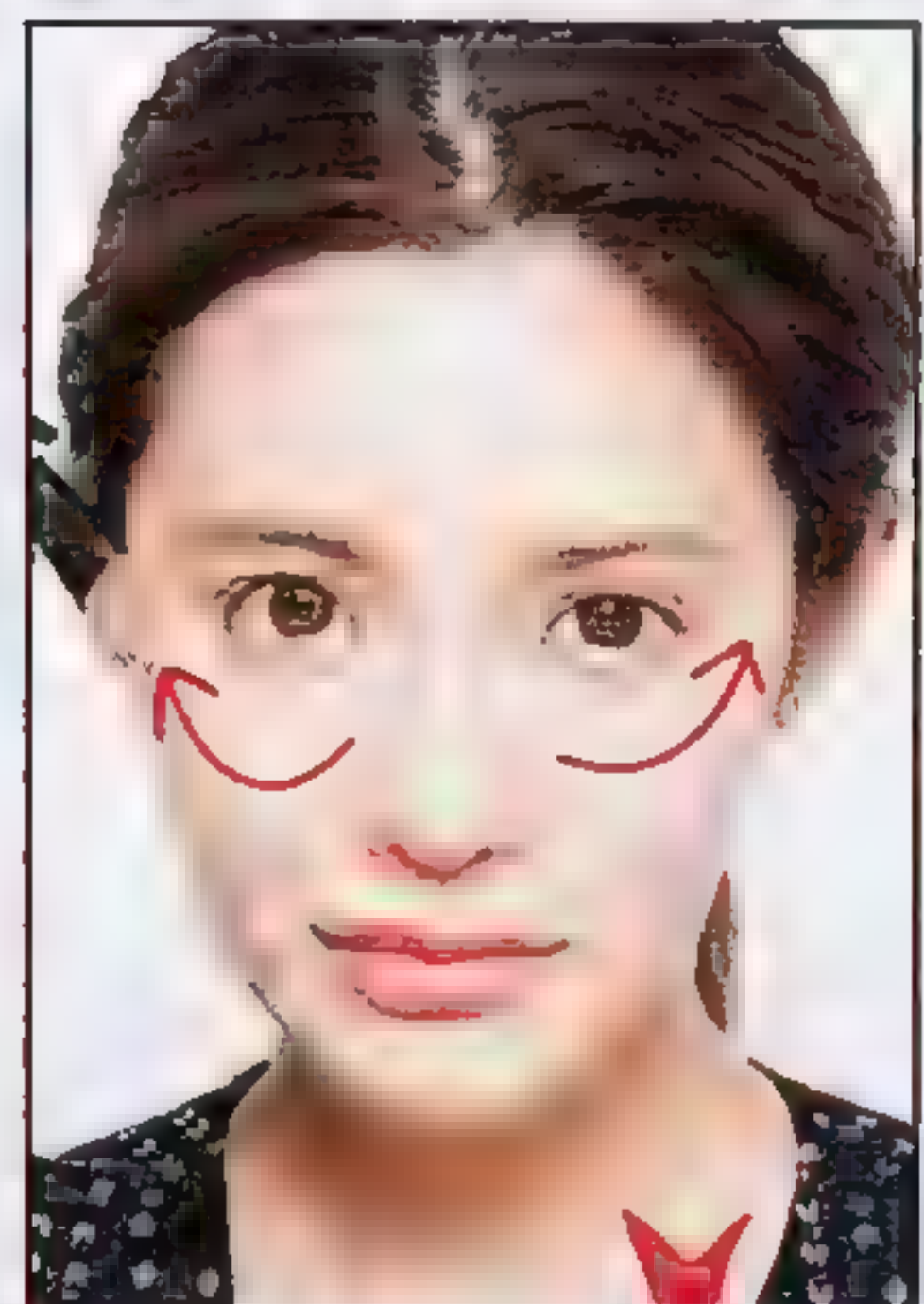
全部見せ★

いつもよりちょっぴりハーフ顔になれちゃう魔法のベースメイクだよ

いつもの
沙世メイク



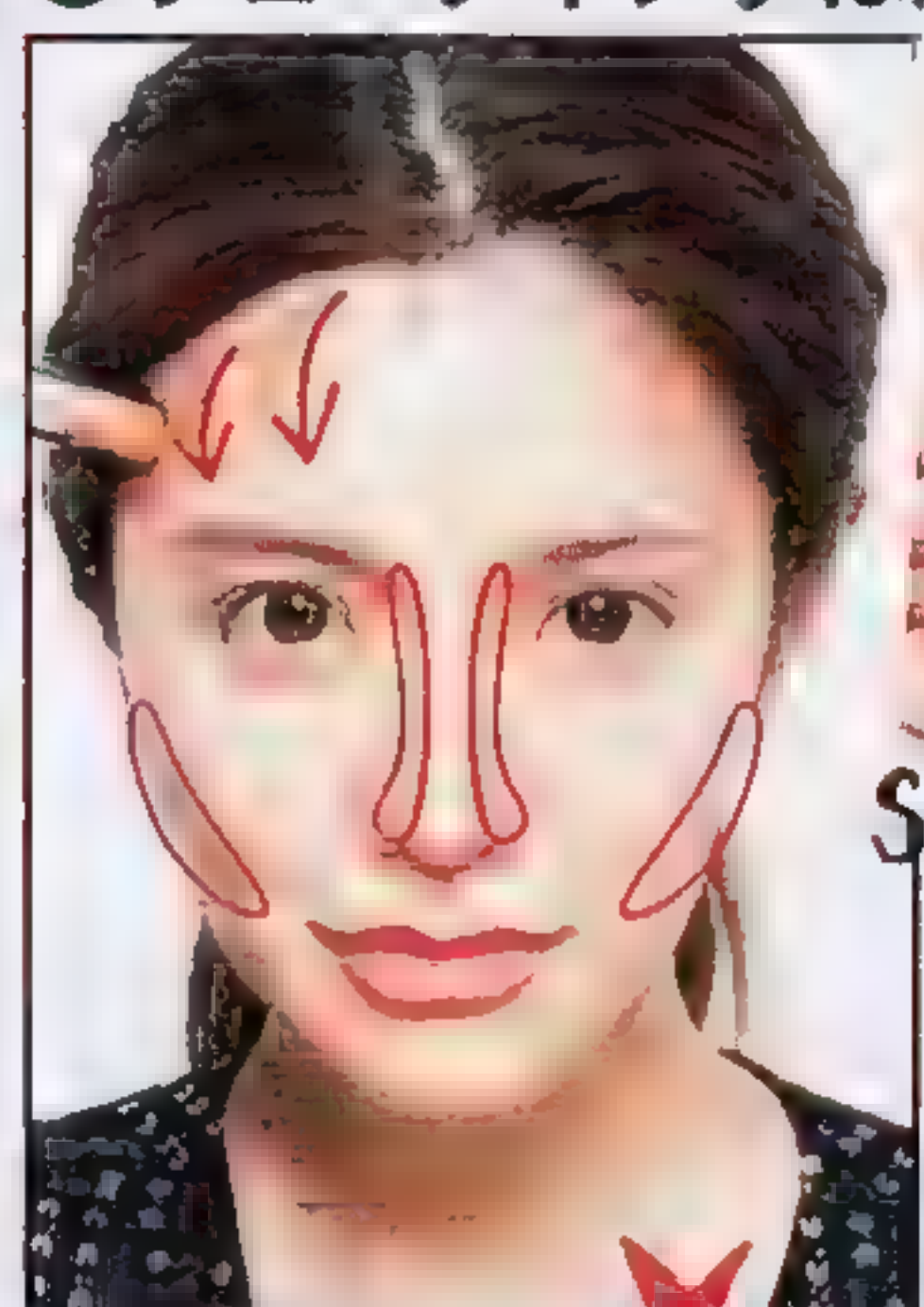
① 肌のベース色を部分置き



START

BでAを目の下とおでこの中心、口角、顎に塗る。目の下は外側に向かって筆を動かして

② シェーディングは濃淡が命



SIDE

頬骨とノーズはC、輪郭はDを使用。生え際は縦にラインを入れるとナチュラルな陰影に

③ ハイライトは濃いめが◎



SIDE

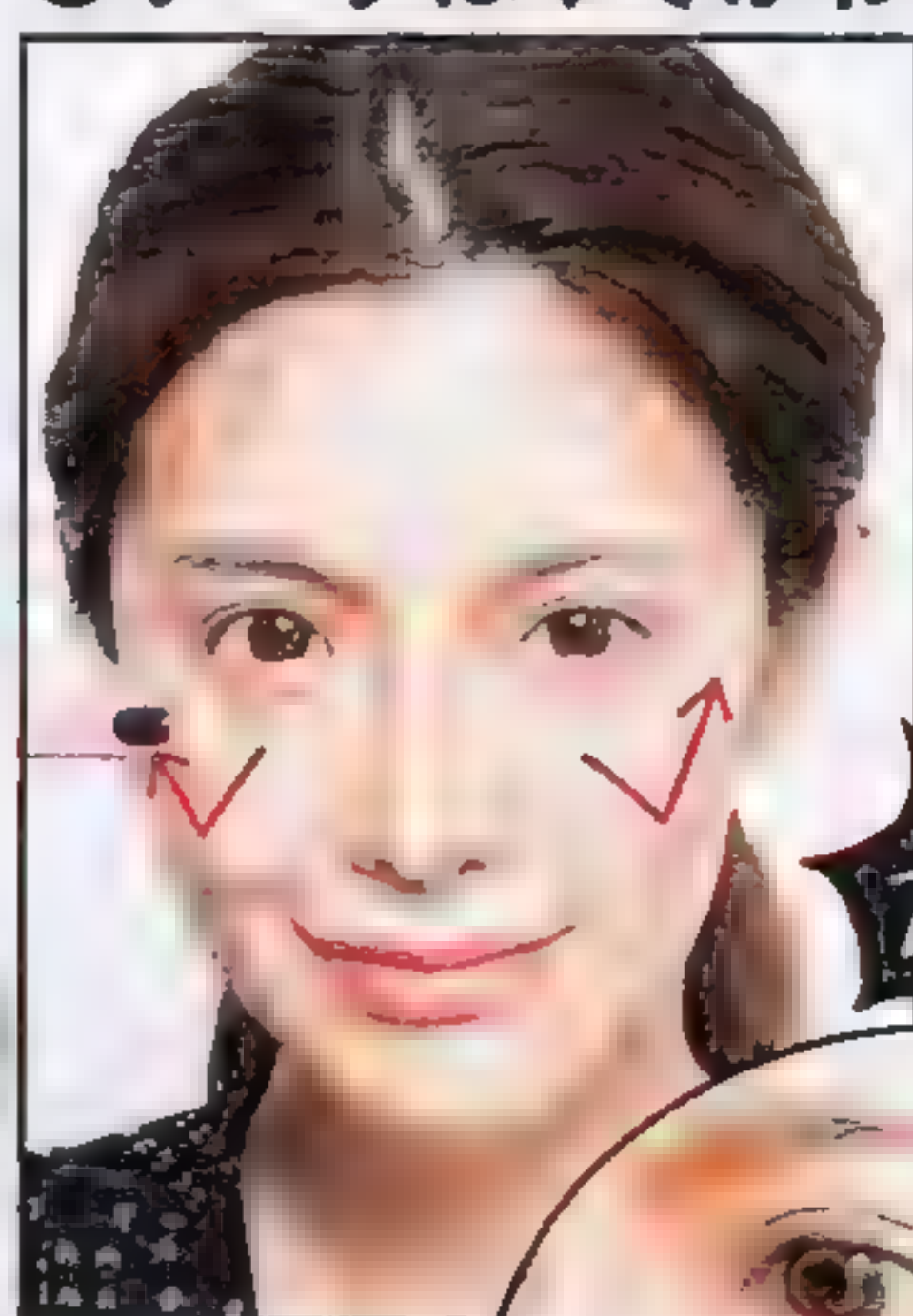
T&Cゾーン、眉上や頬など顔の高い部分にDの明るい色を。濃くすると顔に立体感が出る

④ 口周りに白で気分はピエロ



くすみがちなリップラインに沿って、Dのハイライトをコンシーラー代わりに使ってね。アゴは高いところを丸く囲むように塗りつぶす

⑥ チークは♥でかわいく



指で♥を描くようにEをオン。内側から外側に向かって、バランスよく大きめに入れてね

ZOOM

⑤ おフェロな目元を演出



Eの練りチークを、逆△になるよう筆で塗る。血色を良くすることで上気したセクシー肌に

ZOOM

Take a break



ここまでの所要時間約3分。早速インスタにアップしよ

キレイなお姉さんたちは喜ばせ上手♡

サプパパラッチ

Part.4
愛のお祝い
大作戦♡

いくつになっても忘れたくないのが「誰かを喜ばせたい♡」というピュアな気持ち♡ サプライズなら大切な人の本当に笑った顔が見られるはず♡ そんな姿を思い浮かべながら計画するのもサプパの醍醐味♡ 大切な人の誕生日や記念日を忘れられないものにして♡

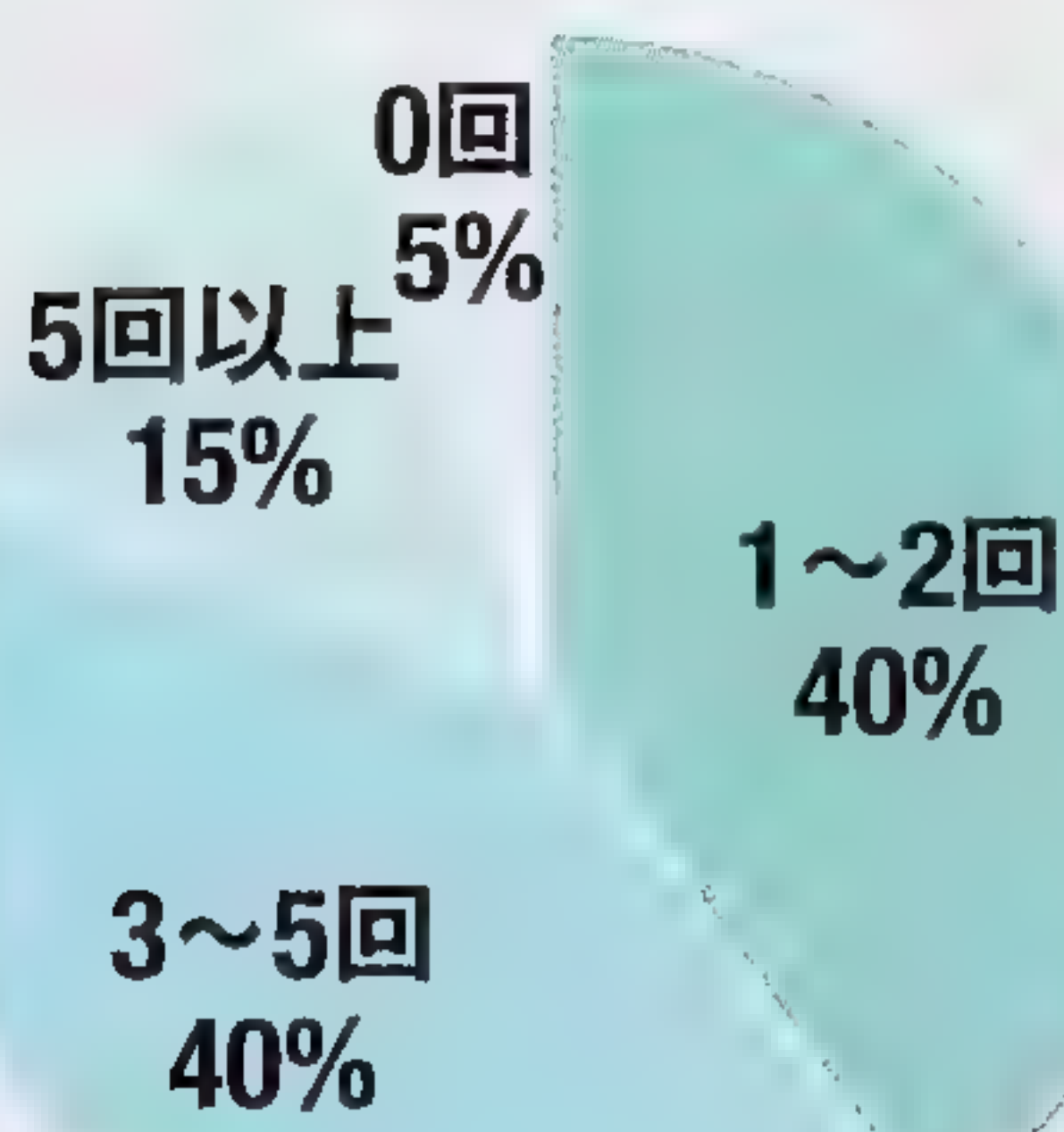
EDIT&TEXT_Yuriko Isayama

最近のサプライズパーティ事情をリサーチ／

Recently SURPRISE PARTY Data

サプパの頻度やお金…お姉さんたちの気になるサプパ事情をリサーチしたよ♡

Q.サプパを1年でどれくらいやった？



パートナーの誕生日にはマンネリ防止にサプパでひと肌脱ぐというお姉さんも♡ 友達間でのサプパも多数♡

親しい人のお誕生日に全力♡

2回

旦那さんや親友など特別な人の誕生日に♡ ケーキや飾りつけも手創りして頑張るよ♡

白井ゆかりさん

10回

相手の喜ぶ顔を見られるサプパが大好き♡ 誕生日以外にもベビシャワーしたりするよ。

岸川菜月さん

5回

誕生日以外にも結婚記念日もお祝い

旦那さんや友達の誕生日など、なんだかんだ5回くらい♡ 毎回、全身全霊でやってる♡

大城あいさん



ゆんちゃんと沙世ちゃんのバースデーでサプパしたときの1枚♡ ドレスコードを設けてないのに服の色合いが揃って♡

美咲さん

Q.どれくらいの予算をかけた？

¥5,000～
¥30,000

¥10,000～
¥1,000,000

¥10,000～
¥1,000,000

たくさんサプパしたい派のお姉さんは、持ち寄りパーティで賢く低コストで開催してたよ★

彼の誕生日にはサプライズディナー以外にも、旅行をプレゼントする人がいて予算は高め♡

パートナーや友達だけでなく両親や会社の設立記念日にスタッフのために盛大に開く人も♡

Q.自分がしてもらって嬉しかったサプパは？



これ出された先はまさかUSJ♡。これに着替えて！とミニオンに変身♡ バースデーシールを貼ってもらい、みんなからお祝いの言葉をもらって最高だった♡

矢野ユウキさん



私のドレスコードは「華やかでキラキラした服」。当日ホワイトコーデで統一したみんなが迎えて、ティアラをつけてくれた♡

岸川菜月さん



ペーパーアイテムを駆使してフォトクロープスや飾りつけに気を入れる♡ 本人にはごはん食べに来て♡とだけ言って驚かせるの♡

岸川菜月さん

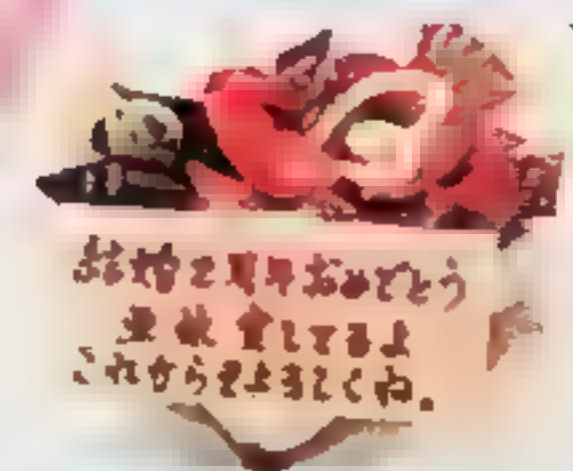
約¥5,000



感謝を込めて社員旅行をプレゼント♡。現地のホテルの人と何度もやりとりして、とっておきのサプライズディナーを用意したよ♡

金本かすみさん

約¥1,000,000



大好きな水族館に行ったあと、サプライズディナーに♡。「愛してるよ♡」というメッセージプレートが嬉しかった♡

大城あいさん



会社のみんなが計画してくれた30歳の生誕祭、ドンペリにケーキ、マジックショーに寄せ書き、サプライズの連続で愛を感じた♡

鈴木愛美さん

Super Nice SURPRISE PARTY Report

思わず真似したくなるようなステキなサプバを成功させたお姉さんの実例♡

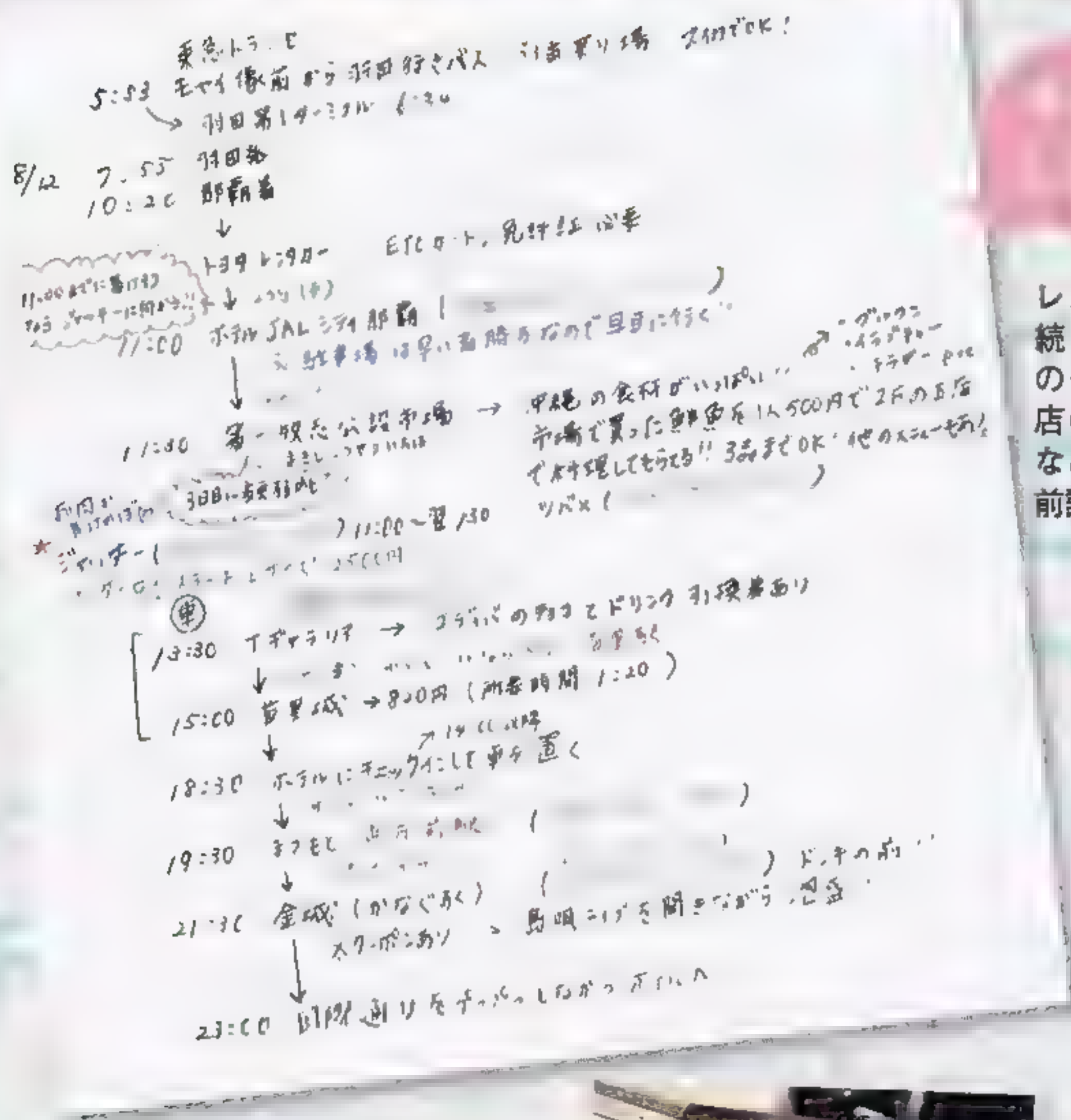
For DARLING

しおりを作って綿密に計画した バースデーサプバ旅行♡

彼の誕生日に沖縄旅行をプレゼント♡ スケジュールのしおりも完璧に作って最高の旅行になった♪ 100万円くらいかかったけどなんとラストにサプライズ返し！ 彼がシャネルの時計や小物をプレゼントしてくれたの♡



木村美和子先生



レンタカーの手続きで必要なものや予約したお店の人気の料理など、徹底的な事前調査を徹底♡

彼のサークル友達を 内緒で集めてBBQ♡

「私の仲間内でBBQやるからつき合って」と彼を連れ出しておきつつ、会場には彼の友人が大勢スタンバイ♡ こっそり連絡して来てもらったの♡ オリジナルの横断幕やケーキも用意♡



金本かすみさん



Happy



彼のお面をみんなで つけてお出迎え♪

夫がお店に入ってくる瞬間、みんなに彼の写真をコピーして作ったお面をつけてもらって誕生日祝い♡ 寄せ書きしたオリジナルTシャツもプレゼント♡ とびきりの笑顔が見れた♡



水野祐香さん



友達を浜まで 目隠しして 連れて行って…♡

海の家個室をレンタルして友達のパースデーをお祝い♡ 海の家から浜辺まで目隠ししてきてもらって、目隠しをとった瞬間「おめでとー！」とパイ投げ(笑)。青春って感じてた♡



矢野ユウキさん



ホテル×彼が 欲しがっていたプレゼントで 王道サプライズ♡

去年の旦那さんのバースデーは香港のリッツカールトンホテルでお祝い♡ 窓際にはずっと欲しがってたネックレスをセット♡ 食事から帰ってきた旦那さんは大喜びだった♡



大城あいさん



1回気分を下げて アゲる作戦♡

友達の誕生日、素敵なレストランを予約しておきながら「ごめん、実はプレゼント買えなかったんだよね…」と伝える。その直後、大きな花束とプレゼントを抱えて再登場♡

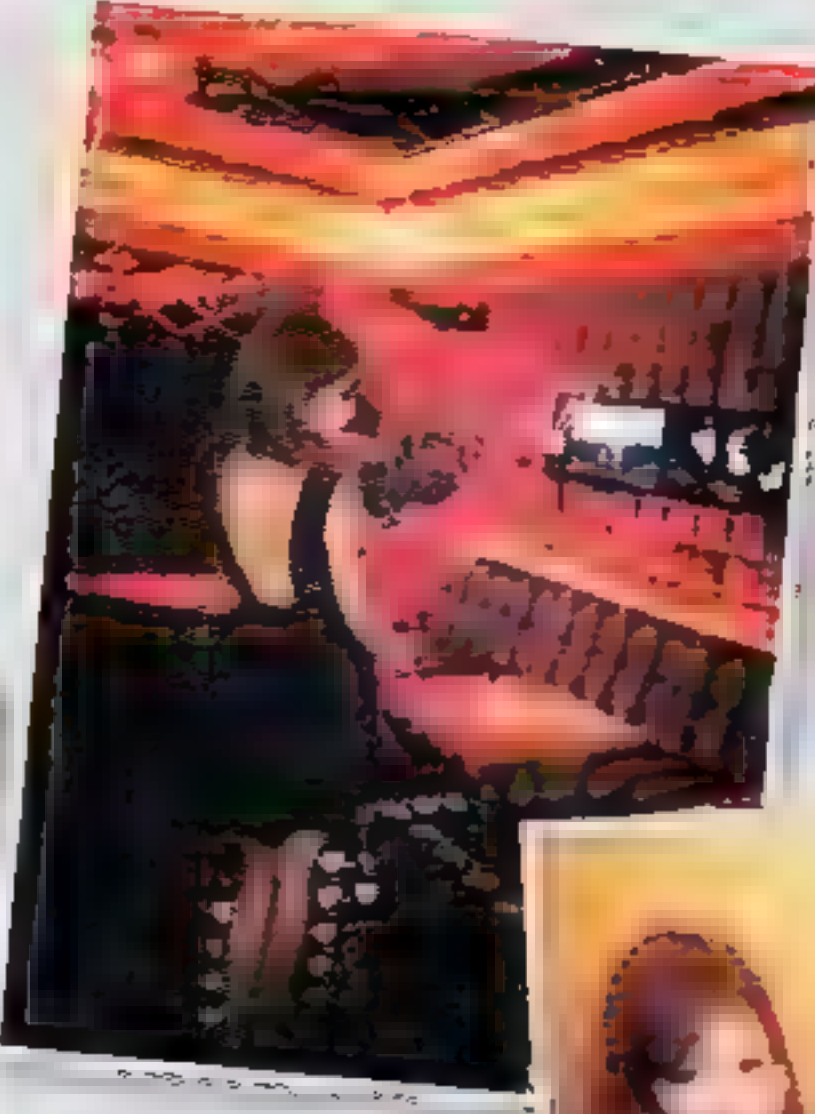


カップルばりの ロマンティックな 演出を♡

ホテルに泊まってプールに行ったとき忘れ物をしたふりをして部屋で花びらをベッドにセット♡ 友達にだけ自分が男性にして欲しいことをやった♡



愛咲菜々子さん



青木りえさん

海外旅行からのサプバで Wで喜ばせる♪

母の還暦祝いにスペイン旅行をプレゼント。スペインから帰国したあと兄家族と弟家族で自宅でサプライズパーティーを開催♡ 泣いて喜んでくれた♪



伊吹奈々さん

200字で姉的武勇伝

Part.5
爆笑
驚き
爽快!

アラサーともなれば人生経験値もそれなりなお年頃♥ 酒のツマミになる武勇伝のひとつやふたつ、持っていてこそ美人道♡ ~♪そう、すごい武勇伝ゆったげて、姉の伝説ベスト10!! レッツゴー!!

EDIT&TEXT_Yuriko Isayama

SHE IS A PERFECT HUMAN.

姉ちゃんカッコイイ♡ カッキーン

マイ武勇伝2

フット上司が嫌がらせ すごい 反撃したら土下座した

M E R I さん

今思えば
若気の至りの
なせる技♡

OLしてた頃、上司の告白を断ったら、待ち伏せ、嫌がらせ、誹謗中傷のオンパレードで退職に追い込まれた…。辞める間際頭に浮かんだ言葉は「目には目を」♡ 後日、始発で上司宅(実家)へ突撃。「このストーカー男!! 今すぐ出てこい! セクハラされた台詞言ってやろうか!!」と早朝の住宅街で叫んだら慌てて出てきて「すいません、すいません、すいません!!」と効果てきめん。後日、会社もクビになったと聞いてスッキリ♥ よい子はマネせず警察へ!!

PERFECT HUMAN度
80%

マイ武勇伝1

ブランド品を盗まれた すごい 単独捜査で盗品回収

白井ゆかりさん

諦めない
心が大事♡

数年前、空き巣に入られて総額で数百万円相当のブランド品を盗まれたんだ♡ すぐに被害届を出したけど警察はろくに動いてくなくて、自分で盗品回収してやると決意!! それからは毎週末、仕事の合間を縫って県内のブランド買取店を巡った。そしてついに…!! 10店舗目の質屋で盗まれた品を発見♡ その場で警察を呼んで、売主の情報を開示してもらった♡ 結果、犯人もあつて逮捕し納得行かないことは自力でどうにかするっきゃない♡

PERFECT HUMAN度
120%

マイ武勇伝4

1,000万円貯金した♡ すごい 新居の頭金にあてた

水野祐香さん

美容も貯金も
日々の積み
重ね♡

実家を離れて暮らしながらコツコツ貯金して、30歳で1,000万円貯まった♡ 振り返って思うのは独身時代こそ貯金を頑張るが吉ということ! 今や結婚=ゴールじゃないし、結婚後は自宅購入や出産費用で何かと入り用になるもの。私も貯めたお金はマイホームの頭金にした♡ でも毎日節約モード全開は疲れるし恋が寄ってこないの(笑)、おしゃれや美容はプチプラを駆使して、ここぞ! という時に楽しむ資金は惜しまず使うのが祐香流だよ♡

PERFECT HUMAN度
300%

マイ武勇伝3

駅で見かけた盗撮犯! すごい 咄嗟に捕まえた♡

伊吹奈々さん

どんどん
強くなる私を
誰か守って♡

地下鉄でエスカレーターに乗っていたときのこと。前方に小型の懐中電灯を女子高生のスカートの下にチラつかせている、不審な若い男を発見。次の瞬間、「この変態が!!」と腕をホールド。逃げないようにがっしり掴んで女子高生と一緒に駅長室まで連行♡ 思った通り盗撮犯で駅員さんや警察に感謝されたけど、女子なんだから危ないから気をつけてねって言われた♡ 筋肉量と比例して最近どんどんたくましく…。私も誰かに守られたい今日この頃です♡

PERFECT HUMAN度
200%

マイ武勇伝6

トリミング中、猫がガブリ すごい 指にぶら下がっても笑顔

R I R I さん

それでも
動物は
大好き♡

昔、動物病院で働いていたときのこと。子猫ちゃんがガブリとかじりついて、しばらく指にブーとぶら下がって離れなかったことが!! 猫の歯って子猫でも結構鋭くて食い込むとめっちゃめっちゃ痛い♡ でも飼主さんが目の前にいる以上、「全然、大丈夫ですよ、(子猫に向かって)びっくりしたんだよねー、ゴメンねえ」と終始ニコニコ笑顔で対応♡ お客さんが帰ってからひとりで泣きました(涙)。でもこれも仕事のうち、プロ根性で乗り切った♡

PERFECT HUMAN度
120%

マイ武勇伝5

しつこいストーカーに遭遇 すごい 放っておいたら諦めた♡

A n g e l さん

みんなは
警察に相談
してね!

夜のお店で働いていたとき、しつこいストーカー被害に遭った。毎日携帯に電話してきて気持ちの悪いセクハラをいっぱいされた…。それも朝、昼、晩欠かさずかかってきて♡ 気が滅入りそうだったけどコイツのために携帯変えるなんてもったいないわ! と思ってそのまま放置。こっちが怖がらなかつたら、いつかソイツも飽きるだろうと大きな気持ちで経過を見守ることに♡ そしたら3カ月経った頃、電話がバタリと止んだ♡ 私の根気勝ちだった♡

PERFECT HUMAN度
150%

マイ武勇伝8

プールに飛び込み歯が欠けた すごい 接着剤でつけといた

山崎みどりさん

とりあえず
くっつけば
完ペキ♡

友達とブーケット旅行に行ったときのこと♡ ホテルに到着してチェックイン後、ビキニに着替えてホテルのプールに直行♡ はやる気持ちが抑えられず「イエー!」って勢いよく頭からプールに飛び込んだら、なんと底には段差が!! 思いっきり顔を強打して前歯がポッキリ折れた…(涙)!! でもあと5日間もあったから、とりあえず瞬間接着剤で歯をつけてブーケット旅行を満喫♡ 日本に帰国後、すぐ歯医者に行ってキレイに治療してもらったよ♡

PERFECT HUMAN度
100%

マイ武勇伝7

早稲田大学受験した すごい 特待生で一発合格♡

今井麻莉江さん

中退しちゃっ
たけどね♡

こう見えても実は結構勉強はできた♡ 受験で早稲田大学を受けたら、政治経済学部以外にも商学部と教育学部の約10名しかない特待生枠で合格。特待生で入学したら学費も免除になるという好待遇だったんだけど、一番難関の政治経済学部で極めを目指そうと特待生枠を蹴って入学。いざキャンパスライフがはじまるとあまり興味が持てず中退♡ 夜の蝶になった♡ あれから数年、経済学を職場でたっぷり学んだ今、お店を持つ夢もできて結果オーライ♡

PERFECT HUMAN度
300%

マイ武勇伝10

泥酔した夜、記憶なし♡ すごい 起きたらダンスの上にあった

愛咲菜々子さん

驚異の
運動能力
でしょ♡

「キャー!」起きたらびっくりして思わず叫んだ休日のある朝。だってそこは高さ2mくらいあるダンスの上で。プレイバックしてみると、友達とこたま飲んだ夜、すっかりデキ上がった私は靴を脱ぎ捨てて路上を走り回っていたらしい。そして潰れた私を介抱するために友達が家に連れて帰ってくれたの。寝ている間に落ちてたら…。というか猫じゃあるまいし、どうやってダンスの上に登ったのか…。とりあえずこんな私を介抱してくれた友達に感謝♡

PERFECT HUMAN度
75%

マイ武勇伝9

酔って目覚めた奉仕の心 すごい 1万円を募金する♡

まなかさん

たまには
ええこと
せなあかん

酔っ払うとよく記憶がなくなる私♡ ある日、出勤したらお店の後輩の女の口に「いやー、マナカさん昨日やばかったですね、バリ豪快!」と言われたの。一切記憶のない私…。聞いてみたら、お店が終わったあとお客さんとお店の女のコアフターに行った帰りにセブンイレブンに寄ったらしい。そこでレジの横にある募金箱に「ウエーイ!」と言いながら1万円入れてたらしい。一切覚えてないんですけど♡ でも結果的に社会貢献できてよかった(笑)♡

PERFECT HUMAN度
80%

意外に見落としがち!?
実は一番見られてる無防備な角度!

高須クリニック
高須幹弥先生が詳しく解説!!

Part.6
横顔油断
してない!?

横顔美人の作り方

常にチェックするのは鏡の中の正面顔! でも人からは横顔のほうが見られているんです! そこで今回は幹弥先生が横顔美人の条件「Eラインを作るコツ」を伝授♡ たるみ注意報発令中のアラサーこそ横顔に注力すべき!

PHOTO_Satoshi Ohmura[MAIN]
EDIT&TEXT_Shioka Soga

横から見た鼻とアゴの位置で決まる!

美しい「Eライン」を作る3つの施術

1

鼻先を出す

耳介軟骨移植

35万円

自分の耳の軟骨を
移植するので安心!
3つのデザインから
選べるのも魅力的♡

パターン①: 斜め上方向に移植

鼻先が斜め上方向に出るため、アップノーズ気味の鼻先に。ツンと上を向いたような鼻先になりたい方に。

パターン②: 前方に移植

鼻の高さを出したい人に最も効果的な、前方に鼻先を出すパターン。美しいEラインを作りたい人向き。

パターン③: 斜め下方向に移植

鼻先が上を向いていて、正面から鼻の穴がオープンになってしまう人に。鼻の穴が目立たなくなります。



症例画像はパターン③で斜め下方向に移植した30代女性

Eラインとは!
(エスティックライン)

米国の矯正歯科医が1954年に提唱した鼻の基準のひとつで、横顔の鼻先とアゴ先を直線で結んだラインのこと。鼻先とアゴ先が揃って、やや内側に傾くのが理想的なEライン。



2 アゴ先を出す

15万円

通常のコラーゲンの約3倍の
持ちで小顔効果大!
アゴのタイプに合わせた
3つの注入方法♡

パターン①: アゴが奥に引っ込んでいる方には…

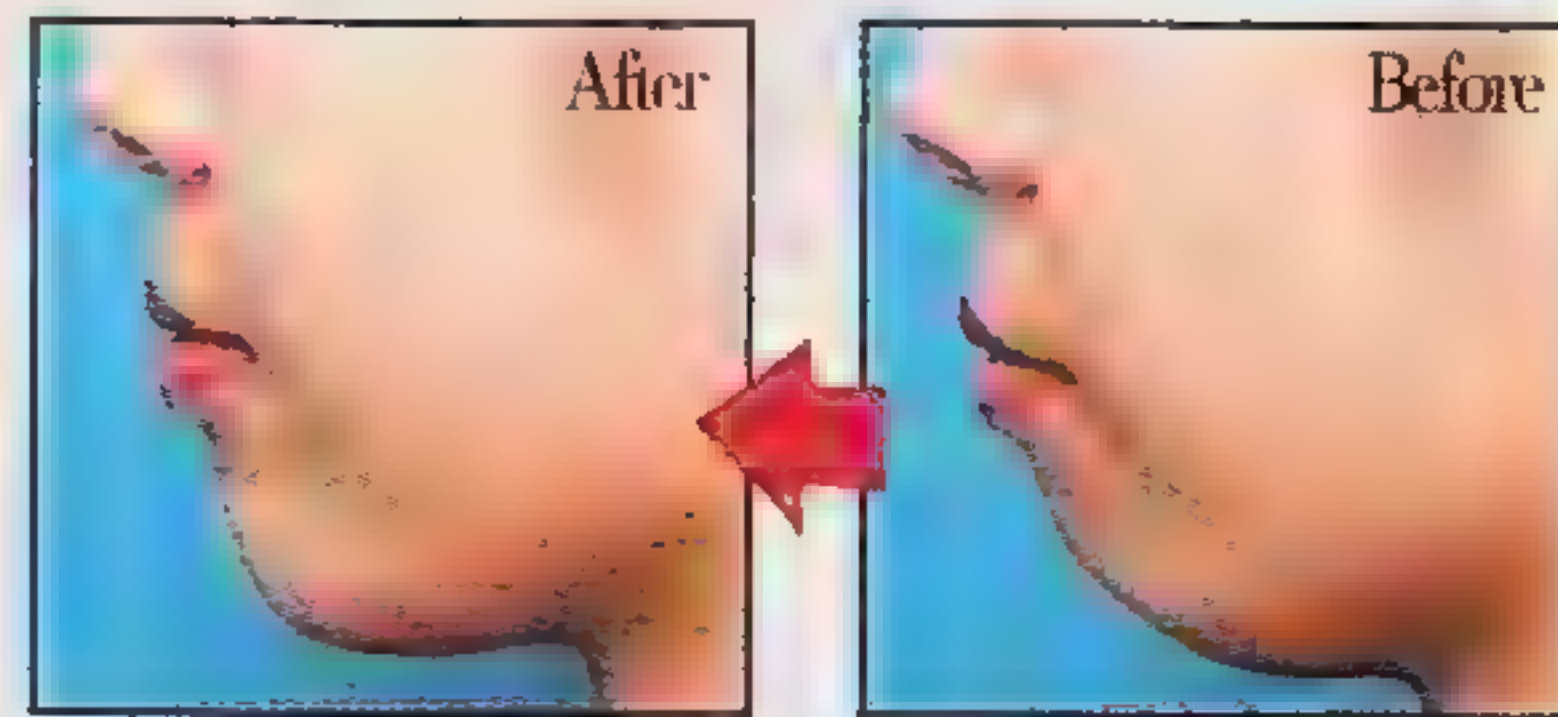
前方に出るようにアゴ先へ注入し、バランスのいい横顔、フェイスラインに。

パターン②: 正面から見たアゴ先をシャープにして小顔に見せたい方には…

下方あるいは斜め下方向にアゴ先へ注入し、シャープで小顔に見えるように。

パターン③: アゴ先を出したいけど顔が長くなるのは嫌な方には…

下方向ではなく前方に出るようにアゴ先に注入すれば、顔は長くならずシャープでとがったアゴに。



写真はパターン①でアゴ先を前に出した20代の女性

3

たるみのないフェイスラインを作る

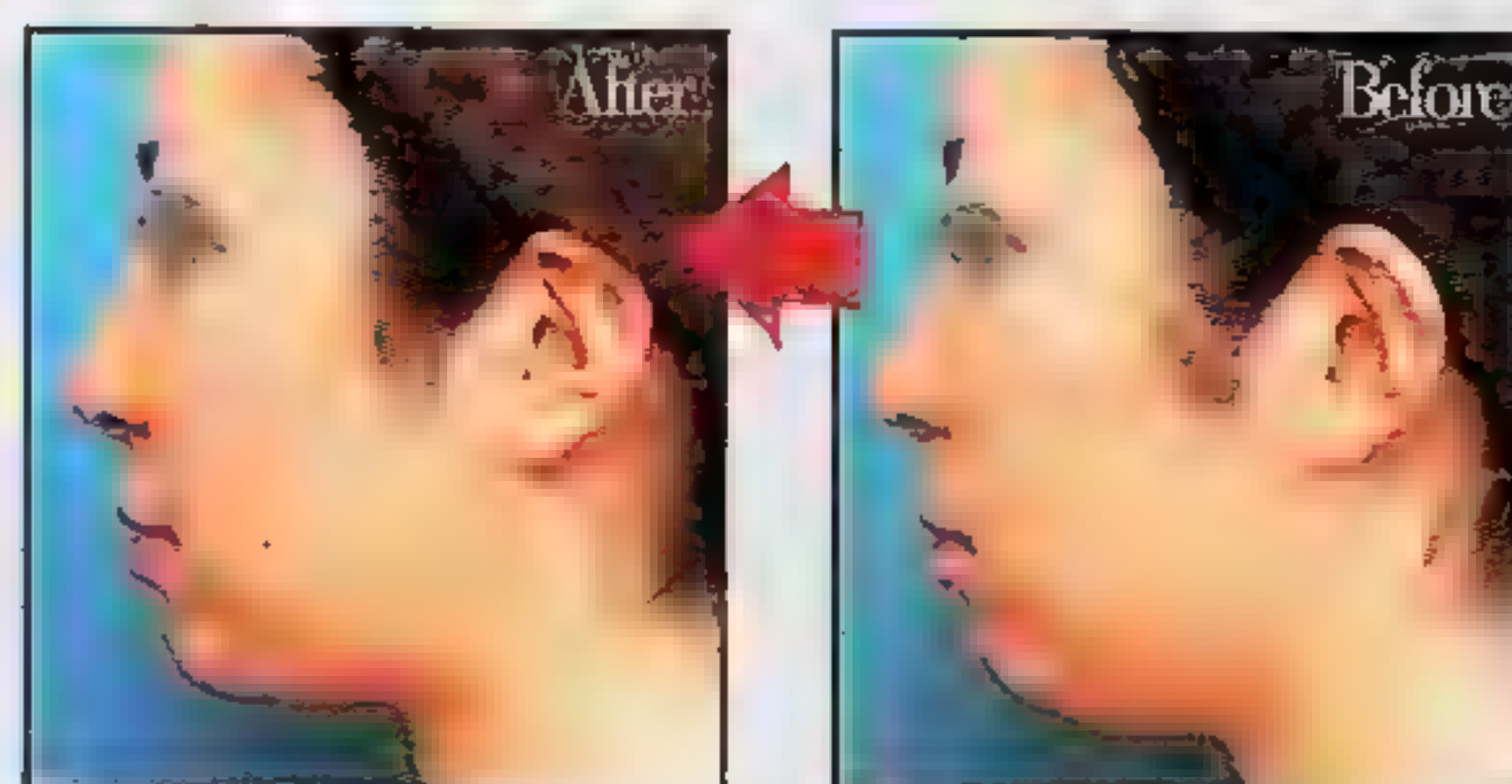
小顔専用脂肪溶解注射

メソシェイプフェイス

両頬1回6万円

切らずに体の脂肪を注射だけで取り除く
二重アゴや頬のたるみもスッキリ♡

Eラインが整っても輪郭がぼやけると印象台無し! そこで痩せても落ちにくい顔の脂肪にはこの注射。脂肪細胞を溶かすのでリバウンドの心配がなく、腫れも少ないのが特徴!



Afterはメソシェイプフェイスを注入して4か月経過後の様子

ひとつずつ始めるのがベスト

日本人は骨格的にアゴが引っ込んでいるケースが多いので、一番手軽でリスクも少ないシャープラインジョウから始めるのがおススメ。一部ずつ行うほうが周囲にもバレにくいんです!

お話を伺ったのは…

高須クリニック名古屋院 院長
高須幹弥先生

美肌治療、プチ整形、目鼻整形、若返り、豊胸施術、脂肪吸引、エラ・アゴ・頬骨削りなど、オールマイティに美容外科全般の治療を担当♡

ブログも
CHECK
してね!

RIE'S NAIL

Present
9

定番のタータンチェック柄を入れたブランケットネイル♪ スモーキーカラーは白や黄色などと組み合わせると華やか♡

¥13,000 ◎40分

Present
11

冬のダークトーンは“黒色”でおめかし♡

ネイビーベースのホイルネイル♡ クールになりがちなダーク色はターコイズやゴールドを差し込むのがお姉さん流♡

LOVE
NAIL
Vol.11

ニットから出た指先までかわいく飾りたい♡

かじかんでもカワイイ 冬の○○ネイル♡

どんなに寒くても手袋で隠すなんてもったいない!! ニットネイルやブランケット柄など、“冬”をテーマにしたキュートで季節感たっぷりのネイルをご紹介します♡

PHOTO_Yoshinobu Bitou, Nobuyuki Sasaki [Nail Tip]
HAIR_Anri Mitsuishi EDIT&TEXT_Mai Komuro

Present
13

女の子が大好きなモチーフを紅白カラーで散らして♡ 3Dになっている真っ赤なリボンと思わず触れたいかわいさ♡

¥8,980 ◎90分

shop data

amisnail

東京都目黒区鷹番 2-8-21
プロヴァンスG・U審美館 201
☎ 03-6451-2015

CARRY 渋谷店

東京都渋谷区道玄坂 2-25-9
ロマーネ 80-3F
☎ 03-5784-9115
<http://shop-carry.com/>

LAVISH

広島県広島市中区袋町 5-28
和光広島ビル 8F
☎ 082-504-4678
<http://www.lavish-nail.net/>

Present
12

淡いピンクをベースにしてるよ♡ “LOVE”の文字やアーガイルなど、シンプルなのに忍ばせた柄は全部3Dで統一♡

¥8,980 ◎90分

Present
8

ゴールドのラインやパーツでいつものニットネイルをアレンジしたよ♡ 小さく仕込んだ♡柄が自慢したくなる指先に♡

¥10,980 ◎150分

Present
10

シンプルなワントーンのマツコネイルは肌なじみの良いベージュパープルがオススメ。ワンポイントプラスでアレンジ☆

¥6,700 ◎20分

広島看護学生(31歳) 広島県
独身・子供なし
青木りえさん

10月号 絶 賛 発売中!!

小悪魔

今よりもっと
かわいくなりたい

美人GALのための
美意識&欲望BOOK

小悪魔アゲハ
10月号
[定価680円]
小悪魔 ageha 10月号

Happy
Halloween

行きつけサロンにトレンド調査!

秋の髪色大事典

安くてもおしゃれに見える!

TOTAL ¥10,000以下の
最旬コスパコーデLAND

さくりなRock・えみりLady・おりもGirly...
リレー式に流行ボタンタッチ

人気スタイル別

秋の最新トレンド
FASHION 123!

改めて、自己紹介をさせてください
2016年秋、
age嬢19人の
近況報告会

Book in

気分やシチュエーションで
雰囲気変えたい日用メイク術

印象激変

カラコンMake-up

ライダース式筋トレとヨガの力で本気で肉を改造!

「おうちで1時間
トレーニング」Diet!

とことんかわいく♡ 適度に怖い! ゾンビ花嫁も登場
ハロウィンコスプレ展示会

困ったときはココに行こう!

M・A・C コスメ

カウンターへようこそ

小悪魔agehaは
奇数月の1日
発売です

姉ageha 11月号

PUBLISHER
谷 光正

CHIEF EDITOR
後藤文江

EDITOR
栗山アンナ

ADVERTISING STAFF

阿久津好治、小山田憲生、長田幸恵、今井健太、三塚 亮

SECRETARY
北村幸子

DESIGNERS

澤田むつみ、近藤彩子、slash、神田秀樹、市原茂幸、高橋奈々絵(meets)、Ark design、竹内良太、midoriya、藤原仁美、今村麻実(ATOM☆STUDIO)、田辺有美(La Chica)

【お問い合わせ】

広告／03-6265-8581 編集／03-6265-8583 info@mediasjp.com

発行／medias株式会社

〒156-0042 東京都世田谷区羽根木1-21-1

発売／株式会社主婦の友社

〒101-8911 東京都千代田区神田駿河台2-9

発売日／2016年10月7日

※本誌掲載の記事、写真、イラスト等の無断複写(コピー)、複製(転載)を禁じます。

※本誌内の価格表示は、断りのある場合を除き、すべて税抜の本体価格となります。

メリクリ
アンド
あけおめ♡

買っていただきまして
ありがとう
ございました♡

次号は2016年
12/7(水)
発売です♡

撮影協力店リスト

R&E
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-B1F
03-3477-5016

ENVYM
03-6820-7910

WEGO
03-5784-5505

ウエルネスジャパン
048-530-5861

ウルラ
<http://www.ululasoap.com/>

EGOIST ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿B1F
03-3358-3570

Hedy
03-6455-0419

ESPERANZA ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿4F
03-3341-6150

Ober Tashe 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-6F
03-3477-5023

お世話や
<http://www.osewaya.jp/>

キャンディ マティーニ
<http://www.jimmyjane-jp.com/>

銀座マギー(pool studio alivier)
東京都世田谷区東玉川12-37-11
03-3748-1212

クラブコスメチックス
0120-16-0077

Grandedge 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-3F
03-3477-5081

GROWING RICH
04-7146-6888
<http://www.rakuten.ne.jp/gold/fashion-growing-rich/>

黒ばら本舗
0120-680-071

コーセー
0120-526-311

サルース
06-4704-4792

GYDA 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-5F
03-3477-5166

資生堂お問い合わせ先
0120-30-4710

ジュジュ化粧品
0120-801-016

ジョワナリエ ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿4F
03-3351-8020

スタイルクリエイションジャパン
0120-677-675
<http://stylecreation.jp/>

SPIRALGIRL 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-B2F
03-5489-0407

スピンス
0120-011-984
<http://www.spinns.jp/>

ダイアナ 銀座本店
東京都中央区銀座6-9-6
03-3573-4005

DaTuRa ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿B1F
03-6380-4792

Delyle NOIR 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5053

DURAS
03-5772-6316

テンガ(iroha)
<http://iroha-tenga.com/>

ドン・キホーテ オンラインショッピングモール
0120-313-013
<http://www.donkimall.com>

BARAK 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5010

原宿シカゴ 表参道店
東京都渋谷区神宮前6-31-21 オリンピアアネックスビルB1F
03-3409-5017

パロックジャパンリミテッド(rienda)
03-6730-9191

FLOVE
03-6859-0007

ヘチマコロ
03-3261-1003

MiIA
03-6826-8651

明色化粧品
0120-12-4680

メイベリン ニューヨーク お客様相談室
03-6911-8585

モロッカオイル ジャパン
0120-440-237
<http://www.moroccanoil.com>

ラヴィジュール ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿B1F
03-3358-7790

RASVOA 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5038

RESEXXY 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5098

REZOY
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-B1F
03-3477-5055

LIP SERVICE
03-6433-5785

れんげ研究所
03-3720-4733

ROYAL PARTY
03-6825-9595

ROYAL PARTY LABEL
03-6416-5022

ロゼット
0120-00-4618

姉agehaと一緒に作ってみませんか？

姉ageha 編集STAFF募集!!

- ☆職務概要／「姉ageha」の編集業務全般(企画立案、撮影取材、ライティング業務など)
- ☆雇用形態／契約社員、アルバイト(いずれも試用期間あり)
- ☆給与／時給1,000円～(交通費別途実費支給)
※給与は年齢、経験を考慮の上、当社規定により優遇。
- ☆休日／完全週休2日、年末年始休暇あり ☆勤務地／東京都世田谷区
- ☆応募条件／年齢・経験は問いません。20～30代の男女が活躍している職場です。
- ☆応募方法／履歴書(写真貼付)と職務経歴書(経験者のみ)を郵送ください。書類選考の上、合格者のみ面接日をお知らせします。(応募書類は返却致しません)

〒156-0042
東京都世田谷区羽根木1-21-1 亀甲新は66
medias株式会社
姉ageha編集部 編集STAFF募集係

- お問い合わせ／03-6265-8583
- 応募締め切り／2016年12月6日(火)必着

アラサーお姉さん世代の

コンプレックス

対象年齢

25歳
以上!!

解消BOOK



姉ageha特別編集

主婦の友ヒットシリーズ

定価680円

発売中!!

見た目と心の老化が 止まる本で きました

若かったあの頃よりも、
色気のあるメリハリBODYに!

重力に 負けない!!

パパママ
BBAやせを防いで理想のBODYを手に入れる!

人生変える アラサー流 Diet!!

「私以外、私じゃない」から自分と
向き合って、戦ったあの日々。

“コンプレックス解消＝ 自己プロデュース力”

ママになったって、キレイでいたい
気持ちと努力の姿勢は変わらない!

姉mamaの
産後ビューティ集中講座♥

食事に気をつけた! 運動も頑張った!
それでも取れなかった脂肪にはプロの手を借りよう!

お姉さん世代の

駆け込みBODYメンテ♥

年齢不詳と評判のお姉さんたちの間で
「使い続けたら肌が変った!」と
評判の必買いアイテムを総ざらい!

神コスメランキング 美肌編♥

美人がこっそりやってるヒミツの美容テクを大暴露♥

〇〇しながら美容術44♥

いつか産みたいお姉さん必見!
妊娠してからじゃなく、妊娠を考えている
今がそのとき! 今やろう♥

産める体づくりの 始め方♥

毛穴の黒ずみ、ニオイetc...
悩みの解消に役立つといわれる
アイテムを集めてみました!

男子禁制

美容◎報告会議

お近くの書店&コンビニでお買い求めください♥

発行/メディアス株式会社 発売/株式会社主婦の友社
©メディアス株式会社 ☎03-6265-8581

お姉さんアゲハ

11月号

もう若くないと悩んでいる人に読んでほしい!!
アラサーのためのビューティ雑誌です♡

BIGBANG10 THE CONCERT 0.TO.10 IN JAPAN

+

BIGBANG10 THE MOVIE BIGBANG MADE

**BIGBANG 10th Anniversary
DVD & Blu-ray
11.2 on sale**

BIGBANG10 THE CONCERT : 0.TO.10 -THE FINAL-

11.05,06 TOKYO DOME / 11.19,20 FUKUOKA YAHUOKU! DOME / 11.25,26,27 KYOCERA DOME OSAKA / 12.02,03,04 NAGOYA DOME /
12.09,10,11 FUKUOKA YAHUOKU! DOME / 12.27 KYOCERA DOME OSAKA / 12.28,29 KYOCERA DOME OSAKA (VIP JAPAN ONLY)

BIGBANG SPECIAL EVENT -HAJIMARI NO SAYONARA-

11.06 TOKYO DOME / 11.20 FUKUOKA YAHUOKU! DOME / 11.26 KYOCERA DOME OSAKA / 12.04 NAGOYA DOME
12.11 FUKUOKA YAHUOKU! DOME / 12.28,29 KYOCERA DOME OSAKA

YG **BIG BANG 10**

定価680円 本体630円
雑誌 02101-11

★次号発売は2016年12月7日です。
印刷/共同印刷株式会社

©medias Co.,Ltd. 2016
Printed in Japan



4910021011168
00630

2016年10月7日発売
第2巻第10号通巻15号

発行人 ●谷光正
編集人 ●後藤文江

発行/medias(株) 〒156-0042 東京都世田谷区羽根木 1-21-1
03-6265-8583(編集) 03-6265-8581(広告)
発売/株主協会の友社 〒101-8911 東京都千代田区神田駿河台 2-9
03-5280-7551(販売)



POST CARD

156-0042



東京都世田谷区羽根木1-21-1 亀甲新は66
メディアス株式会社

お姉さんアゲハ 2016年 11月号 行き

希望プレゼント番号1 ()

希望プレゼント番号2 ()

希望プレゼント番号3 ()

フリガナ

お名前

ご住所 〒

TEL

MAIL

電話取材

OK

NG

姉agehaからメルマガを配信しても

OK

NG

年齢

歳

未婚

既婚

ご職業（業種を詳しく教えてください）

あなたの家族構成は？

1. 親と同居 2. 一人暮らし 3. 夫と同居 4. 夫・子供と同居 5. 彼氏と同居 6. その他 ()

表紙で気になった企画とその理由を教えてください。（複数回答可）

今回、この雑誌を購入いただいた理由を教えてください。

（例：表紙のモデルがかわいかったから／昔好きだったモデルが出ているから／〇〇の企画が気になったなど）

ご記入いただいた個人情報は外部に提供することはありません。

Q1 本号で良かった企画とその理由を3つ教えてください

企画名	企画名	企画名
理由	理由	理由

Q2 本号に出ているモデルであなたが好きな人を3人あげてください

さん	さん	さん
理由	理由	理由

Q3 本号で好きな写真とその理由を教えてください

P.

Q4 本号で好きな&嫌いなコーデを教えてください

好きP.

嫌いP.

Q5 好きな雑誌、よく読む雑誌をすべて教えてください

Q6 好きな有名人 (タレント・モデル・ブロガー etc) を教えてください (何人でも可)

Q7 あなたが1カ月で自分の好きなことに自由に使えるお金
(洋服代、コスメ代、エステ代などすべて合わせて) はいくらまでですか? () 円

Q8 最近買って、「買ってよかった!」と思った物はなんですか? (洋服、コスメ、電化製品、車など何でも)

Q9 アンチエイジング対策として普段使用しているあなたのお気に入りアイテム (器具・コスメ etc) を
教えてください。(複数回答可)

Q10 好きなファッションブランドは何ですか? (複数回答可)

Q11 クリニック施術で受けたことがあるものは? また興味があるものは?

最後に、ご意見、ご要望、ご感想などをお聞かせください。
悩みがある方は、悩みも思う存分書いてみてください♡